



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Mörike, Lena

□□□: 1:16:42

□□: Heidelberg

□□: 70

□□: 25.75 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 140 (of 307)

□□□□□/□: 16 (of 56)

□□□□□□: 1:04:35

□□□□:

□□□□□: 3(of 5)

weibl. AK 1 (TW 20-24)

□□□□□□□: 1:09:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	7:55	15:50	2	0:59	2	0:59	0.50	7:55	15:50	6	0:59	45		
Schwimmen □□□	0.50	7:55													
Wechsel Schw.-R	0.25	2:02	8:07	3	0:22	6	0:22	0.75	9:57	13:15	6	1:21	45		
Rad	20.00	38:49	1:56	3	1:45	15	5:01	20.75	48:46	2:21	6	2:45	45		
Rad □□□	20.25	40:51													
Laufrunde 2,5 km	2.50	13:52	5:32	5	2:11	32	3:42	23.25	1:02:38	2:41	6	4:49	45		
Lauf	2.50	14:04	5:37	5	2:22	37	3:53	25.75	1:16:42	2:58	3	7:00	16	12:07	
Lauf □□□	25.25	1:16:42													