



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Herbert, Anette

□□□: 1:18:40

□□: RV 03 Bürstadt Triathlon

□□: 75

□□: 25.75 km

□□□□□/□□□: 157 (of 307)

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□: 19 (of 56)

□□□□□□: 1:04:35

□□□□:

□□□□□: 6(of 10)

Seniorinnen 2 TW 45-49)

□□□□□□□: 1:13:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	10:08	20:15	2	0:45	15	3:12	0.50	10:08	20:15	5			47
Schwimmen □□□	0.50	10:08												
Wechsel Schw.-R	0.25	2:03	8:11	2	0:02	7	0:23	0.75	12:11	16:14	5			47
Rad	20.00	40:03	2:00	7	2:59	24	6:15	20.75	52:14	2:31	5	0:44		47
Rad □□□	20.25	42:06												
Laufrunde 2,5 kn	2.50	13:24	5:21	7	2:32	26	3:14	23.25	1:05:38	2:49	4	2:27		46
Lauf	2.50	13:02	5:12	7	1:54	24	2:51	25.75	1:18:40	3:03	6	5:31	19	14:05
Lauf □□□	25.25	1:18:40												