



9. Lorsche Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Bertsch, Jochen

□□□: 1:09:04

□□: Heppenheim

□□: 21

□□: 25.75 km

Lorsche Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 37 (of 307)

□□□□□/□: 36 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

Senioren 2 (TM 45.49)

□□□□□: 10(of 57)

□□□□□□□: 1:03:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	9:30	19:00	5	1:34	33	2:15	0.50	9:30	19:00	58			6	0:45
Schwimmen □□□	0.50	9:30													
Wechsel Schw.-R	0.25	2:01	8:03	9	0:36	34	0:36	0.75	11:31	15:21	56			6	0:51
Rad	20.00	35:56	1:47	13	5:39	54	5:39	20.75	47:27	2:17	58			6	4:23
Rad □□□	20.25	37:57													
Laufrunde 2,5 kn	2.50	10:49	4:19	11	1:11	51	1:48	23.25	58:16	2:30	56			6	4:56
Lauf	2.50	10:48	4:19	10	1:03	45	1:51	25.75	1:09:04	2:40	10	6:00		36	6:56
Lauf □□□	25.25	1:09:04													