



# 9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Appel, Johanna

□□□: 1:26:11

□□: Wiesbaden

□□: 94

□□: 25.75 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 229 (of 307)

□□□□□/□: 37 (of 56)

□□□□□□: 1:04:35

□□□□:

weibl. Jugend A (TW 16/17)

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 1:26:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	8:05	16:10	1	-	4	1:09	0.50	8:05	16:10	1	-	15	
Schwimmen □□□	0.50	8:05												
Wechsel Schw.-R	0.25	3:23	13:31	1	-	49	1:43	0.75	11:28	15:17	1	-	15	
Rad	20.00	46:30	2:19	1	-	50	12:42	20.75	57:58	2:47	1	-	15	
Rad □□□	20.25	49:53												
Laufrunde 2,5 kn	2.50	13:56	5:34	1	-	34	3:46	23.25	1:11:54	3:05	1	-	15	
Lauf	2.50	14:17	5:42	1	-	39	4:06	25.75	1:26:11	3:20	1	-	37	21:36
Lauf □□□	25.25	1:26:11												