



9. Lorsche Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Vakalopoulos, Matthias

□□□: 1:06:31

□□: TV Lampertheim Triathlon

□□: 102

□□: 25.75 km

Lorsche Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 24 (of 307)

□□□□□/□: 23 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

männl. AK 1 (TM 20-24)

□□□□□: 3(of 19)

□□□□□□□: 1:03:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	8:14	16:27	1	-	7	0:59	0.50	8:14	16:27	20	-	251	
Schwimmen □□□	0.50	8:14												
Wechsel Schw.-R	0.25	1:56	7:44	3	0:03	23	0:31	0.75	10:10	13:33	19	-	245	
Rad	20.00	34:18	1:42	1	-	22	4:01	20.75	44:28	2:08	20	-	250	1:24
Rad □□□	20.25	36:14												
Laufrunde 2,5 km	2.50	10:44	4:17	6	1:43	45	1:43	23.25	55:12	2:22	20	-	248	1:52
Lauf	2.50	11:19	4:31	7	2:22	73	2:22	25.75	1:06:31	2:34	3	3:25	23	4:23
Lauf □□□	25.25	1:06:31												