



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Mayfield, Ulla

□□□: 1:28:43

□□: LT Hemsbach

□□: 78

□□: 25.75 km

□□□□□/□□□: 250 (of 307)

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□: 40 (of 56)

□□□□□□: 1:04:35

□□□□:

□□□□□: 2(of 2)

Seniorinnen 4 (TW 55-59)

□□□□□□□: 1:25:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	13:09	26:18	2	1:11	48	6:13	0.50	13:09	26:18	1	-	3		
Schwimmen □□□	0.50	13:09													
Wechsel Schw.-R	0.25	4:23	17:32	2	1:24	55	2:43	0.75	17:32	23:22	1	-	3		
Rad	20.00	45:47	2:17	2	3:07	47	11:59	20.75	1:03:19	3:03	1	-	3		
Rad □□□	20.25	50:10													
Laufrunde 2,5 kn	2.50	12:38	5:03	1	-	18	2:28	23.25	1:15:57	3:15	1	-	3		
Lauf	2.50	12:46	5:06	1	-	18	2:35	25.75	1:28:43	3:26	2	2:46	40	24:08	
Lauf □□□	25.25	1:28:43													