



# 9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Rüdiger, Kathrin

□□□: 1:30:20

□□: Lorsch

□□: 50

Enduro E Bike

□□□□□/□□□: 258 (of 307)

□□□□□/□: 43 (of 56)

□□□□□□: 1:04:35

□□□□:

□□□□□: 9(of 10)

Seniorinnen 2 TW 45-49)

□□□□□□□: 1:13:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	11:52	23:44	7	2:29	28	4:56	0.50	11:52	23:44	8	0:35	6	
Schwimmen □□□	0.50	11:52												
Wechsel Schw.-R	0.25	2:57	11:48	8	0:56	35	1:17	0.75	14:49	19:45	8	0:23	6	
Rad	20.00	41:13	2:03	9	4:09	30	7:25	20.75	56:02	2:42	8	4:32	6	
Rad □□□	20.25	44:10												
Laufrunde 2,5 kn	2.50	16:51	6:44	10	5:59	55	6:41	23.25	1:12:53	3:08	8	9:42	6	
Lauf	2.50	17:27	6:58	9	6:19	55	7:16	-	1:30:20	-	9	17:11	43	25:45
Lauf □□□	0.00	1:30:20												