



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Baumgartner, Steffi

□□□: 1:32:00

□□: Lorsch

□□: 58

□□: 25.75 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 268 (of 307)

□□□□□/□: 47 (of 56)

□□□□□□: 1:04:35

□□□□:

Seniorinnen 1 (TW 40-44)

□□□□□: 4(of 7)

□□□□□□□: 1:13:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	13:19	26:37	6	4:03	50	6:23	0.50	13:19	26:37	3	4:03	8	
Schwimmen □□□	0.50	13:19												
Wechsel Schw.-R	0.25	2:57	11:48	3	0:42	35	1:17	0.75	16:16	21:41	3	4:45	8	
Rad	20.00	43:42	2:11	4	5:05	39	9:54	20.75	59:58	2:53	3	9:50	8	
Rad □□□	20.25	46:39												
Laufrunde 2,5 kn	2.50	15:55	6:21	4	4:20	50	5:45	23.25	1:15:53	3:15	3	14:10	8	
Lauf	2.50	16:07	6:26	5	4:04	51	5:56	25.75	1:32:00	3:34	4	18:14	47	27:25
Lauf □□□	25.25	1:32:00												