



9. Lorsche Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Team Martin, Hoffmann & Ritzert

□□□: 1:06:29

□□: 356

□□: 22.56 km/h

□□□□: 2:35 min/km

□□: 25.75 km

Triathlonstaffel

□□□□□: 4 (of 21)

□□□□□□: 1:03:04

□□□□:

Triathlon-Staffel

□□□□□: 4(of 21)

□□□□□□□: 1:03:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen	0.50	7:40	15:20	5	0:56	5	0:56	0.50	7:40	15:20	19		19	
Rad	20.25	35:36	1:45	2	1:16	2	1:16	20.75	43:16	2:05	19		19	
Lauf	5.00	23:13	4:38	7	5:55	7	5:55	25.75	1:06:29	2:34	4	3:25	4	3:25