



# 9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Team Rüther, Leenen & Renner

□□□: 1:11:29

□□: 343

□□: 20.98 km/h

□□□□: 2:47 min/km

□□: 25.75 km

Triathlonstaffel

□□□□□: 8 (of 21)

□□□□□□: 1:03:04

□□□□:

Triathlon-Staffel

□□□□□: 8(of 21)

□□□□□□□: 1:03:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□
Schwimmen	0.50	10:39	21:18	11	3:55	11	3:55	0.50	10:39	21:18	15		15	
Rad	20.25	38:05	1:52	8	3:45	8	3:45	20.75	48:44	2:20	15		15	
Lauf	5.00	22:45	4:32	6	5:27	6	5:27	25.75	1:11:29	2:46	8	8:25	8	8:25