



# 6. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2009

□□□□

Ruff, Jürgen

□□□: 1:18:30

□□: SAP AG

□□: 3

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 154 (of 322)

□□□□□/□: 136 (of 240)

□□□□□□: 57:33

□□□□:

Senioren 1 (TM 40-44)

□□□□□: 19(of 38)

□□□□□□□: 57:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	11:05	0.00	9	2:27	68	3:30	0.50	11:05	0.00	27		11	2:20
Rad	20.00	44:38	26.89	16	7:10	84	8:49	20.50	55:43	21.54	28	3:28	13	8:06
Lauf	5.00	22:47	13.17	7	3:24	33	3:24	25.50	1:18:30	19.11	19	20:57	136	20:57