



6. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2009

□□□□

Paulus, Gerhard

□□□: 1:23:43

□□: TSV 03 Wolfskehlen

□□: 359

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 221 (of 322)

□□□□□/□: 179 (of 240)

□□□□□□: 57:33

□□□□:

Senioren 5 (TM 60-64)

□□□□□: 4(of 10)

□□□□□□□: 1:15:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	15:11	1.98	9	6:08	146	7:36	0.50	15:11	1.98	10	3:09	155	6:26
Rad	20.00	44:48	26.79	4	5:35	85	8:59	20.50	59:59	20.51	9	1:57	135	12:22
Lauf	5.00	23:44	12.64	2	0:14	50	4:21	25.50	1:23:43	18.28	4	8:38	179	26:10