



7. Lorsch Triathlon 2010

Lorsch / 01.08.2010

□□□□

Roth, Rüdiger

□□□: 1:27:23

□□: Dettenheim

□□: 8

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 261 (of 317)

□□□□□/□: 207 (of 241)

□□□□□□: 57:44

□□□□:

männl. AK 4 (TM 35-39)

□□□□□: 28(of 29)

□□□□□□□: 1:03:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	12:04	2.49	16	3:39	119	4:40	0.50	12:04	2.49	24	1:13	32	3:43
Rad	20.00	46:42	25.70	19	13:06	150	17:20	20.50	58:46	20.93	26	6:45	32	16:46
Lauf	5.00	28:37	10.48	23	17:21	177	21:53	25.50	1:27:23	17.51	27	23:46	207	29:39