



## Heß, Ralf

---

Lorsch

Altersklasse: Senioren 1 (TM 40-44) (MS1A)

Platz in der Alterklasse: 61

Gesamtplatzierung: 286

Gesamtzeit: 01:39:55

### Zwischenzeiten:

Kontrolle	km	Zeit	km/h	km ges.	Zeit ges.
Schwimmen	0.50	00:14:28	0.00	0.50	00:14:28
Rad	20.00	00:50:33	23.74	20.50	01:05:01
Lauf	5.00	00:34:54	8.60	25.50	01:39:55