



5. Lorsch Triathlon

Lorsch / 27.07.2008

□□□□

Heist, Thomas

□□□: 1:21:55

□□: Lorsch

□□: 143

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 241 (of 379)

□□□□□/□: 206 (of 290)

□□□□□□: 57:38

□□□□:

männl. AK 3 (TM 30-34)

□□□□□: 27(of 32)

□□□□□□□: 1:01:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	10:48	0.00	11	2:50	92	3:56	0.50	10:48	0.00	15		250	3:26
Rad	20.00	43:31	27.58	24	7:28	162	10:08	20.50	54:19	22.09	27	1:37	231	7:28
Lauf	5.00	27:36	10.87	19	6:30	147	10:31	25.50	1:21:55	18.31	27	20:14	207	24:17