



# 5. Lorsch Triathlon

Lorsch / 27.07.2008

□□□□

Hoffmann, Norbert

□□□: 1:19:11

□□: Freiwillige Feuerwehr Griesheim

□□: 319

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 205 (of 379)

□□□□□/□: 180 (of 290)

□□□□□□: 57:38

□□□□:

männl. AK 3 (TM 30-34)

□□□□□: 22(of 32)

□□□□□□□: 1:01:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	11:18	0.00	15	3:20	121	4:26	0.50	11:18	0.00	30		250	3:56
Rad	20.00	42:03	28.54	19	6:00	131	8:40	20.50	53:21	22.49	27	0:39	231	6:30
Lauf	5.00	25:50	11.61	13	4:44	97	8:45	25.50	1:19:11	18.94	22	17:30	180	21:33