



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 | - | - | □ | □ | 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 |