



5. Lorsche Triathlon

Lorsch / 27.07.2008

□□□□

Heß, Ralf

□□□: 1:39:55

□□: Lorsch

□□: 380

□□: 25.50 km

Lorsche Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 368 (of 379)

□□□□□/□: 286 (of 290)

□□□□□□: 57:38

□□□□:

Senioren 1 (TM 40-44)

□□□□□: 61(of 62)

□□□□□□□: 1:01:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	14:28	2.07	51	7:06	227	7:36	0.50	14:28	2.07	56	3:15	250	7:06
Rad	20.00	50:33	23.74	50	15:23	224	17:10	20.50	1:05:01	18.92	53	6:11	231	18:10
Lauf	5.00	34:54	8.60	50	13:09	220	17:49	25.50	1:39:55	15.31	61	38:26	287	42:17