



6. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2009

□□□□

Dahmen, Dieter

□□□: 1:19:11

□□: Ginnheimer LT

□□: 103

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 165 (of 322)

□□□□□/□: 143 (of 240)

□□□□□□: 57:33

□□□□:

Senioren 2 (TM 45.49)

□□□□□: 28(of 49)

□□□□□□□: 1:00:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	10:38	0.00	8	2:40	51	3:03	0.50	10:38	0.00	29		155	1:53
Rad	20.00	42:54	27.97	11	7:00	61	7:05	20.50	53:32	22.42	27	1:25	135	5:55
Lauf	5.00	25:39	11.70	14	6:13	78	6:16	25.50	1:19:11	18.94	28	18:40	143	21:38