



6. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2009

□□□□

Ruhs, Mirko

□□□: 1:05:32

□□: TV Heppenheim

□□: 218

□□: 25.50 km

□□□□□/□□□: 23 (of 322)

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□: 21 (of 240)

□□□□□□: 57:33

□□□□:

□□□□□: 1(of 32)

männl. AK 3 (TM 30-34)

□□□□□□□: 1:05:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	fehlt!	-	-	-	-	-	0.50	-	-	-	-	-	-
Rad	20.00	fehlt!	-	-	-	-	-	20.50	-	-	-	-	-	-
Lauf	5.00	1:05:32	4.58	25	45:27	170	46:09	25.50	1:05:32	22.89	1	-	21	7:59