



6. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2009

□□□□

Bender, Michael

□□□: 1:27:35

□□: Eschborn

□□: 160

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 261 (of 322)

□□□□□/□: 204 (of 240)

□□□□□□: 57:33

□□□□:

Senioren 5 (TM 60-64)

□□□□□: 6(of 10)

□□□□□□□: 1:15:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	12:54	2.33	7	3:51	127	5:19	0.50	12:54	2.33	10	0:52	155	4:09
Rad	20.00	48:46	24.61	6	9:33	109	12:57	20.50	1:01:40	19.95	9	3:38	135	14:03
Lauf	5.00	25:55	11.58	4	2:25	82	6:32	25.50	1:27:35	17.47	6	12:30	204	30:02