



6. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2009

□□□□

Rauh, Alexander

□□□: 1:28:09

□□: Weinheim

□□: 235

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 270 (of 322)

□□□□□/□: 211 (of 240)

□□□□□□: 57:33

□□□□:

männl. AK 4 (TM 35-39)

□□□□□: 45(of 46)

□□□□□□□: 57:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	10:57	0.00	15	3:22	62	3:22	0.50	10:57	0.00	30	1:10	155	2:12
Rad	20.00	50:12	23.90	25	14:23	112	14:23	20.50	1:01:09	19.62	26	13:04	135	13:32
Lauf	5.00	27:00	11.11	22	6:24	93	7:37	25.50	1:28:09	17.02	45	30:28	211	30:36