



6. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2009

□□□□

Friedrich, Kai

□□□: 1:09:11

□□: Seeheim

□□: 272

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 57 (of 322)

□□□□□/□: 53 (of 240)

□□□□□□: 57:33

□□□□:

männl. AK 3 (TM 30-34)

□□□□□: 7(of 32)

□□□□□□□: 1:05:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	8:50	0.00	3	0:30	12	1:15	0.50	8:50	0.00	24		155	0:05
Rad	20.00	38:59	30.78	5	1:42	21	3:10	20.50	47:49	25.10	23		135	0:12
Lauf	5.00	21:22	14.04	3	1:17	15	1:59	25.50	1:09:11	21.68	7	3:39	52	11:38