



6. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2009

□□□□

Horster, Dirk

□□□: 1:16:11

□□: Zwingenberg

□□: 264

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 131 (of 322)

□□□□□/□: 120 (of 240)

□□□□□□: 57:33

□□□□:

männl. AK 4 (TM 35-39)

□□□□□: 32(of 46)

□□□□□□□: 57:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	12:58	2.31	28	5:23	130	5:23	0.50	12:58	2.31	14	3:11	155	4:13
Rad	20.00	39:23	30.47	8	3:34	26	3:34	20.50	52:21	23.50	12	4:16	135	4:44
Lauf	5.00	23:50	12.59	10	3:14	53	4:27	25.50	1:16:11	20.08	31	18:30	119	18:38