



6. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2009

□□□□

Wilfer, Markus-Werner

□□□: 1:20:18

□□: Schwimmclub Triathlon Heppenheim

□□: 287

□□: 25.50 km

□□□□□/□□□: 187 (of 322)

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□: 156 (of 240)

□□□□□□: 57:33

□□□□:

□□□□□: 23(of 32)

männl. AK 3 (TM 30-34)

□□□□□□□: 1:05:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	8:20	3.60	1	-	5	0:45	0.50	8:20	3.60	24	-	155	
Rad	20.00	44:22	27.05	14	7:05	80	8:33	20.50	52:42	23.34	23	-	135	5:05
Lauf	5.00	27:36	10.87	15	7:31	100	8:13	25.50	1:20:18	19.05	23	14:46	156	22:45