6. Lorscher Triathlon

Lorsch / 02.08.2009

□□□□

Koch, Frank

□□□: 1:20:16

□□: Riedstadt
□□: 323

□□: 25.50 km
Lorscher Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 185 (of 322)
□□□□□/□: 155 (of 240)
□□□□□□: 57:33

□□□□:
Senioren 1 (TM 40-44)

□□□□□□: 24(of 38)
□□□□□□□: 57:33

□□□□ □□□□ □□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	11:32	0.00	15	2:54	89	3:57	0.50	11:32	0.00	27		155	2:47
Rad	20.00	fehlt!	-	-	-	-	-	20.50	-	-	-	-	-	-
Lauf	5.00	1:08:44	4.36	36	49:21	192	49:21	25.50	1:20:16	18.69	24	22:43	155	22:43