



6. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2009

□□□□

Ladner, Wolfgang

□□□: 1:19:29

□□: TSG Maxdorf

□□: 29

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 170 (of 322)

□□□□□/□: 146 (of 240)

□□□□□□: 57:33

□□□□:

Senioren 4 (TM 55-59)

□□□□□: 11(of 19)

□□□□□□□: 1:02:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	12:11	0.00	4	1:43	113	4:36	0.50	12:11	0.00	1	-	13	3:26
Rad	20.00	41:39	28.81	2	0:43	46	5:50	20.50	53:50	22.29	3	5:12	15	6:13
Lauf	5.00	25:39	11.70	4	4:15	78	6:16	25.50	1:19:29	18.87	11	17:03	146	21:56