



6. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2009

□□□□

Göckel, Ralf

□□□: 1:09:34

□□: StartNet Team DSW Darmstadt

□□: 352

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 58 (of 322)

□□□□□/□: 54 (of 240)

□□□□□□: 57:33

□□□□:

Senioren 2 (TM 45.49)

□□□□□: 14(of 49)

□□□□□□□: 1:00:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	12:53	0.00	24	4:55	126	5:18	0.50	12:53	0.00	29	1:50	155	4:08
Rad	20.00	37:05	32.36	2	1:11	3	1:16	20.50	49:58	24.02	27		135	2:21
Lauf	5.00	19:36	15.31	2	0:10	4	0:13	25.50	1:09:34	21.56	14	9:03	54	12:01