



6. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2009

□□□□

Roth, Rüdiger

□□□: 1:24:28

□□: Dettenheim

□□: 384

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 231 (of 322)

□□□□□/□: 186 (of 240)

□□□□□□: 57:33

□□□□:

männl. AK 4 (TM 35-39)

□□□□□: 40(of 46)

□□□□□□□: 57:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	12:02	0.00	23	4:27	105	4:27	0.50	12:02	0.00	30	2:15	16	3:17
Rad	20.00	45:15	26.52	23	9:26	89	9:26	20.50	57:17	20.95	26	9:12	135	9:40
Lauf	5.00	27:11	11.04	23	6:35	96	7:48	25.50	1:24:28	17.76	40	26:47	186	26:55