



6. Lorsche Triathlon

Lorsch / 02.08.2009

□□□□

Seyfried, Sandra

□□□: 1:31:27

□□: SAP AG

□□: 1

□□: 25.50 km

Lorsche Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 288 (of 322)

□□□□□/□: 67 (of 82)

□□□□□□: 1:04:29

□□□□:

weibl. AK 3 (TW 30-34)

□□□□□: 10(of 11)

□□□□□□□: 1:10:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	11:19	0.00	4	2:52	20	3:34	0.50	11:19	0.00	1	-	53	
Rad	20.00	47:07	25.47	6	4:45	33	9:18	20.50	58:26	20.54	1	-	51	
Lauf	5.00	33:01	9.09	7	9:21	47	10:29	25.50	1:31:27	16.40	10	21:00	67	26:58