



6. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2009

□□□□

Best, Nadine

□□□: 1:27:36

□□: VC Frankfurt

□□: 64

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 263 (of 322)

□□□□□/□: 58 (of 82)

□□□□□□: 1:04:29

□□□□:

weibl. AK 3 (TW 30-34)

□□□□□: 9(of 11)

□□□□□□□: 1:10:27

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ km/h | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------|----------|----------|------------|---------|---------|---------|---------|-------|---------|-------|---------|---------|---------|---------|
| Schwimmen | 0.50 | 11:46 | 0.00 | 5 | 3:19 | 27 | 4:01 | 0.50 | 11:46 | 0.00 | 8 | 0:27 | 53 | 0:18 |
| Rad | 20.00 | 44:59 | 26.68 | 3 | 2:37 | 19 | 7:10 | 20.50 | 56:45 | 21.15 | 8 | | 51 | |
| Lauf | 5.00 | 30:51 | 9.72 | 6 | 7:11 | 41 | 8:19 | 25.50 | 1:27:36 | 17.12 | 9 | 17:09 | 58 | 23:07 |