



7. Lorsch Triathlon 2010

Lorsch / 01.08.2010

□□□□

Ladner, Dr. Wolfgang

□□□: 1:18:02

□□: TSG Maxdorf

□□: 97

□□: 25.50 km

□□□□□/□□□: 151 (of 317)

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□: 130 (of 241)

□□□□□□: 57:44

□□□□:

□□□□□: 11(of 19)

Senioren 4 (TM 55-59)

□□□□□□□: 1:02:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	11:42	0.00	8	1:36	103	4:18	0.50	11:42	0.00	14	0:48	181	3:21
Rad	20.00	41:16	29.08	7	4:21	84	11:54	20.50	52:58	22.66	18	3:03	212	10:58
Lauf	5.00	25:04	11.97	10	4:22	124	18:20	25.50	1:18:02	19.22	11	15:57	131	20:18