



7. Lorsch Triathlon 2010

Lorsch / 01.08.2010

□□□□

Lammer, Oliver

□□□: 1:20:33

□□: TTV Topspin Lorsch

□□: 137

□□: 25.50 km

□□□□□/□□□: 185 (of 317)

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□: 155 (of 241)

□□□□□□: 57:44

□□□□:

□□□□□: 20(of 29)

männl. AK 4 (TM 35-39)

□□□□□□□: 1:03:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	12:27	0.00	18	4:02	130	5:03	0.50	12:27	0.00	24	1:36	181	4:06
Rad	20.00	41:31	28.90	13	7:55	88	12:09	20.50	53:58	22.24	26	1:57	212	11:58
Lauf	5.00	26:35	11.29	20	15:19	147	19:51	25.50	1:20:33	18.62	20	16:56	156	22:49