



7. Lorsch Triathlon 2010

Lorsch / 01.08.2010

□□□□

Cop, Fryderyk

□□□: 1:15:09

□□: Tria Leierhans

□□: 225

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 115 (of 317)

□□□□□/□: 104 (of 241)

□□□□□□: 57:44

□□□□:

Senioren 4 (TM 55-59)

□□□□□: 8(of 19)

□□□□□□□: 1:02:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	10:40	0.00	3	0:34	62	3:16	0.50	10:40	0.00	14		181	2:19
Rad	20.00	40:50	29.39	6	3:55	75	11:28	20.50	51:30	23.30	18	1:35	212	9:30
Lauf	5.00	23:39	12.68	6	2:57	89	16:55	25.50	1:15:09	19.96	8	13:04	104	17:25