



7. Lorsch Triathlon 2010

Lorsch / 01.08.2010

□□□□

Hofer, Manfred

□□□: 1:14:40

□□: Bensheim

□□: 40

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 110 (of 317)

□□□□□/□: 99 (of 241)

□□□□□□: 57:44

□□□□:

Senioren 3 (TM 50-54)

□□□□□: 10(of 28)

□□□□□□□: 1:03:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	11:31	2.60	12	2:42	97	4:07	0.50	11:31	2.60	24	0:18	16	3:10
Rad	20.00	40:21	29.74	8	5:04	70	10:59	20.50	51:52	23.71	27	1:57	16	9:52
Lauf	5.00	22:48	13.16	8	3:00	69	16:04	25.50	1:14:40	20.49	10	11:01	100	16:56