



7. Lorsch Triathlon 2010

Lorsch / 01.08.2010

□□□□

Spengler, Walter

□□□: 1:19:17

□□: Weinheim

□□: 213

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 172 (of 317)

□□□□□/□: 147 (of 241)

□□□□□□: 57:44

□□□□:

Senioren 3 (TM 50-54)

□□□□□: 16(of 28)

□□□□□□□: 1:03:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	11:13	0.00	10	2:24	81	3:49	0.50	11:13	0.00	1	-	181	2:52
Rad	20.00	42:10	28.46	12	6:53	98	12:48	20.50	53:23	22.48	11	3:28	212	11:23
Lauf	5.00	25:54	11.58	15	6:06	137	19:10	25.50	1:19:17	18.92	16	15:38	148	21:33