



7. Lorsch Triathlon 2010

Lorsch / 01.08.2010

□□□□

Derst, Andreas

□□□: 1:20:57

□□: Lorsch

□□: 210

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 190 (of 317)

□□□□□/□: 159 (of 241)

□□□□□□: 57:44

□□□□:

männl. AK 3 (TM 30-34)

□□□□□: 23(of 28)

□□□□□□□: 1:01:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	12:37	0.00	17	4:04	136	5:13	0.50	12:37	0.00	20	0:49	181	4:16
Rad	20.00	42:42	28.10	13	9:08	107	13:20	20.50	55:19	21.69	12	8:15	212	13:19
Lauf	5.00	25:38	11.70	18	7:35	133	18:54	25.50	1:20:57	18.53	23	19:32	160	23:13