



7. Lorsch Triathlon 2010

Lorsch / 01.08.2010

□□□□

Mairon, Holger

□□□: 1:22:57

□□: Mühlhausen

□□: 201

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 211 (of 317)

□□□□□/□: 174 (of 241)

□□□□□□: 57:44

□□□□:

Senioren 2 (TM 45.49)

□□□□□: 28(of 41)

□□□□□□□: 1:00:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	11:44	0.00	20	4:02	104	4:20	0.50	11:44	0.00	31		181	3:23
Rad	20.00	42:27	28.27	15	8:48	105	13:05	20.50	54:11	22.15	37	9:03	212	12:11
Lauf	5.00	28:46	10.43	26	10:06	180	22:02	25.50	1:22:57	18.08	28	22:17	175	25:13