



7. Lorsch Triathlon 2010

Lorsch / 01.08.2010

□□□□

Pößiger, Roland

□□□: 1:18:58

□□: KSV Reichelsheim

□□: 11

□□: 25.50 km

□□□□□/□□□: 166 (of 317)

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□: 143 (of 241)

□□□□□□: 57:44

□□□□:

□□□□□: 2(of 8)

Senioren 5 (TM 60-64)

□□□□□□□: 1:16:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	13:43	0.00	2	1:26	154	6:19	0.50	13:43	0.00	1	-	19	5:22
Rad	20.00	40:25	29.69	1	-	71	11:03	20.50	54:08	22.17	1	-	19	12:08
Lauf	5.00	24:50	12.08	5	18:06	119	18:06	25.50	1:18:58	19.00	3	14:33	144	21:14