



7. Lorsch Triathlon 2010

Lorsch / 01.08.2010

□□□□

Koop, Christine

□□□: 1:14:01

□□: LLG Wonnegau

□□: 79

□□: 25.50 km

□□□□□/□□□: 102 (of 317)

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□: 10 (of 76)

□□□□□□: 1:02:40

□□□□:

□□□□□: 2(of 14)

weibl. AK 3 (TW 30-34)

□□□□□□□: 1:11:42

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|-----------|-------|-------|-------|----|------|----|------|-------|---------|-------|----|------|----|-------|
| | km | □□ | km/h | - | - | □ | □ | km | □□ | km/h | - | - | □ | □ |
| Schwimmen | 0.50 | 10:08 | 0.00 | 3 | 1:34 | 13 | 2:28 | 0.50 | 10:08 | 0.00 | 2 | 1:34 | 38 | |
| Rad | 20.00 | 40:00 | 30.00 | 2 | 0:56 | 9 | 6:00 | 20.50 | 50:08 | 23.94 | 2 | 2:30 | 41 | |
| Lauf | 5.00 | 23:53 | 12.56 | 2 | 0:51 | 12 | 5:00 | 25.50 | 1:14:01 | 20.27 | 2 | 2:19 | 10 | 11:21 |