



7. Lorsch Triathlon 2010

Lorsch / 01.08.2010

□□□□

Havemann, Birgit

□□□: 1:23:15

□□: TSV Amicitia Viernheim

□□: 84

□□: 25.50 km

□□□□□/□□□: 218 (of 317)

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□: 39 (of 76)

□□□□□□: 1:02:40

□□□□:

□□□□□: 3(of 6)

Seniorinnen 2 TW 45-49)

□□□□□□□: 1:15:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	12:54	0.00	5	1:11	54	5:14	0.50	12:54	0.00	6	1:07	65	0:09
Rad	20.00	43:09	27.81	3	3:01	27	9:09	20.50	56:03	21.41	7	-	57	-
Lauf	5.00	27:12	11.03	3	3:59	36	8:19	25.50	1:23:15	18.02	3	7:24	39	20:35