



7. Lorsch Triathlon 2010

Lorsch / 01.08.2010

□□□□

Heltmann, Heike

□□□: 1:25:31

□□: Mannheim

□□: 85

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 243 (of 317)

□□□□□/□: 46 (of 76)

□□□□□□: 1:02:40

□□□□:

weibl. AK 2 (TW 25-29)

□□□□□: 7(of 12)

□□□□□□□: 1:02:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	9:48	3.06	3	0:48	11	2:08	0.50	9:48	3.06	9	0:48	16	
Rad	20.00	48:52	24.56	8	11:24	53	14:52	20.50	58:40	20.97	12	12:12	28	
Lauf	5.00	26:51	11.17	6	7:58	32	7:58	25.50	1:25:31	17.89	7	22:51	46	22:51