



7. Lorsch Triathlon 2010

Lorsch / 01.08.2010

□□□□

Plappert, Stefan

□□□: 1:10:38

□□: Lorsch

□□: 144

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 64 (of 317)

□□□□□/□: 59 (of 241)

□□□□□□: 57:44

□□□□:

Senioren 1 (TM 40-44)

□□□□□: 9(of 43)

□□□□□□□: 1:00:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	9:37	0.00	8	1:28	31	2:13	0.50	9:37	0.00	38		181	1:16
Rad	20.00	38:59	30.78	11	5:18	55	9:37	20.50	48:36	24.69	38		212	6:36
Lauf	5.00	22:02	13.62	11	3:20	54	15:18	25.50	1:10:38	21.24	9	9:55	60	12:54