



# 7. Lorsch Triathlon 2010

Lorsch / 01.08.2010

□□□□

Rüdiger, Kathrin

□□□: 1:31:46

□□: Lorsch

□□: 80

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 280 (of 317)

□□□□□/□: 63 (of 76)

□□□□□□: 1:02:40

□□□□:

Seniorinnen 1 (TW 40-44)

□□□□□: 12(of 15)

□□□□□□□: 1:14:00

□□□□

□□□□

□□□

| □□□       | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>km/h | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□     | □□□   | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-----------|----------|----------|------------|---------|---------|---------|---------|-------|---------|-------|---------|---------|---------|---------|
| Schwimmen | 0.50     | 11:34    | 0.00       | 9       | 1:54    | 36      | 3:54    | 0.50  | 11:34   | 0.00  | 14      |         | 8       |         |
| Rad       | 20.00    | 45:19    | 26.48      | 9       | 11:19   | 38      | 11:19   | 20.50 | 56:53   | 21.10 | 6       | 4:33    | 11      |         |
| Lauf      | 5.00     | 34:53    | 8.60       | 14      | 11:26   | 68      | 16:00   | 25.50 | 1:31:46 | 16.35 | 12      | 17:46   | 63      | 29:06   |