



8. Lorsch Triathlon

Lorsch / 28.08.2011

□□□□

Horster, Dirk

□□□: 1:09:54

□□: Zwingenberg

□□: 17

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 55 (of 294)

□□□□□/□: 53 (of 220)

□□□□□□: 58:13

□□□□:

männl. AK 4 (TM 35-39)

□□□□□: 11(of 35)

□□□□□□□: 59:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	11:06	0.00	23	3:55	106	3:55	0.50	11:06	0.00	36		11	2:41
Schwimmen □□□	0.50	11:06												
Rad	20.00	38:00	31.58	10	4:49	47	4:49	20.50	49:06	24.44	36		11	5:59
Rad □□□	20.00	38:00												
Lauf	5.00	20:48	14.42	14	3:15	69	10:39	25.50	1:09:54	21.46	11	10:44	59	11:41
Lauf □□□	25.00	1:09:54												