



8. Lorsch Triathlon

Lorsch / 28.08.2011

□□□□

Küstermann, Benedikt

□□□: 1:06:59

□□: SC Oberursel

□□: 179

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 36 (of 294)

□□□□□/□: 35 (of 220)

□□□□□□: 58:13

□□□□:

männl. AK 3 (TM 30-34)

□□□□□: 8(of 29)

□□□□□□□: 58:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	8:57	0.00	7	1:29	30	1:46	0.50	8:57	0.00	30		220	0:32
Schwimmen □□□	0.50	8:57												
Rad	20.00	37:45	31.79	9	4:07	42	4:34	20.50	46:42	25.70	30	2:04	219	3:35
Rad □□□	20.00	37:45												
Lauf	5.00	20:17	14.79	9	8:18	58	10:08	25.50	1:06:59	22.39	8	8:46	40	8:46
Lauf □□□	25.00	1:06:59												