



# 8. Lorsch Triathlon

Lorsch / 28.08.2011

□□□□

Derst, Andreas

□□□: 1:19:41

□□: Lorsch

□□: 175

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 164 (of 294)

□□□□□/□: 145 (of 220)

□□□□□□: 58:13

□□□□:

männl. AK 3 (TM 30-34)

□□□□□: 24(of 29)

□□□□□□□: 58:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	12:49	0.00	24	5:21	169	5:38	0.50	12:49	0.00	30	3:35	220	4:24
Schwimmen □□□	0.50	12:49												
Rad	20.00	43:00	27.91	21	9:22	142	9:49	20.50	55:49	21.50	30	11:11	219	12:42
Rad □□□	20.00	43:00												
Lauf	5.00	23:52	12.57	25	11:53	143	13:43	25.50	1:19:41	18.82	26	21:28	154	21:28
Lauf □□□	25.00	1:19:41												