8. Lorscher Triathlon

Lorsch / 28.08.2011

□□□□

Sippel, Christoph

□□: BASF Werkfeuerwehr
□□: 229

□□: 25.50 km
Lorscher Triathlon 0,5-20-5

□□□□:
männl. AK 1 (TM 20-24)

□□□: 1:16:14

□□□□□/□□□: 127 (of 294)
□□□□□/□: 117 (of 220)
□□□□□□: 58:13
□□□□□: 4(of 9)
□□□□□□□: 1:06:53

□□□□ □□□□ □□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	10:35	2.83	3	1:33	89	3:24	0.50	10:35	2.83	9	1:13	220	2:10
Schwimmen □□□	0.50	10:35												
Rad	20.00	40:42	29.48	4	1:15	96	7:31	20.50	51:17	23.98	10	1:33	219	8:10
Rad □□□	20.00	40:42												
Lauf	5.00	24:57	12.02	8	6:33	164	14:48	25.50	1:16:14	20.07	5	9:21	125	18:01
Lauf □□□	25.00	1:16:14												