



8. Lorsch Triathlon

Lorsch / 28.08.2011

□□□□

Rossrucker, Bastian

□□□: 1:19:12

□□: Lorsch

□□: 203

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 156 (of 294)

□□□□□/□: 139 (of 220)

□□□□□□: 58:13

□□□□:

männl. AK 3 (TM 30-34)

□□□□□: 22(of 29)

□□□□□□□: 58:13

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|---------------|-------|---------|-------|----|-------|-----|-------|-------|---------|-------|----|-------|-----|-------|
| | km | □□ | km/h | - | - | □ | □ | km | □□ | km/h | - | - | □ | □ |
| Schwimmen | 0.50 | 12:14 | 0.00 | 23 | 4:46 | 147 | 5:03 | 0.50 | 12:14 | 0.00 | 30 | 3:00 | 220 | 3:49 |
| Schwimmen □□□ | 0.50 | 12:14 | | | | | | | | | | | | |
| Rad | 20.00 | 43:10 | 27.80 | 22 | 9:32 | 143 | 9:59 | 20.50 | 55:24 | 21.66 | 30 | 10:46 | 219 | 12:17 |
| Rad □□□ | 20.00 | 43:10 | | | | | | | | | | | | |
| Lauf | 5.00 | 23:48 | 12.61 | 24 | 11:49 | 142 | 13:39 | 25.50 | 1:19:12 | 18.94 | 24 | 20:59 | 148 | 20:59 |
| Lauf □□□ | 25.00 | 1:19:12 | | | | | | | | | | | | |