



8. Lorsch Triathlon

Lorsch / 28.08.2011

□□□□

Schneewind, Volker

□□□: 1:14:18

□□: Lorsch

□□: 46

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 102 (of 294)

□□□□□/□: 96 (of 220)

□□□□□□: 58:13

□□□□:

Senioren 4 (TM 55-59)

□□□□□: 4(of 15)

□□□□□□□: 1:01:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	10:10	0.00	4	2:00	75	2:59	0.50	10:10	0.00	2	0:42	18	1:45
Schwimmen □□□	0.50	10:10												
Rad	20.00	41:31	28.90	5	6:52	115	8:20	20.50	51:41	23.22	2	2:23	18	8:34
Rad □□□	20.00	41:31												
Lauf	5.00	22:37	13.26	7	3:29	113	12:28	25.50	1:14:18	20.19	4	12:21	104	16:05
Lauf □□□	25.00	1:14:18												