



8. Lorsche Triathlon

Lorsch / 28.08.2011

□□□□

Bläß, Holger

□□□: 1:06:07

□□: laufundsportshop.de

□□: 307

□□: 25.50 km

Lorsche Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 31 (of 294)

□□□□□/□: 30 (of 220)

□□□□□□: 58:13

□□□□:

männl. AK 4 (TM 35-39)

□□□□□: 8(of 35)

□□□□□□□: 59:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	9:51	0.00	14	2:40	57	2:40	0.50	9:51	0.00	36		6	1:26
Schwimmen □□□	0.50	9:51												
Rad	20.00	36:08	33.21	5	2:57	22	2:57	20.50	45:59	26.10	36		219	2:52
Rad □□□	20.00	36:08												
Lauf	5.00	20:08	14.90	11	2:35	54	9:59	25.50	1:06:07	22.69	8	6:57	34	7:54
Lauf □□□	25.00	1:06:07												