



8. Lorsch Triathlon

Lorsch / 28.08.2011

□□□□

Quarz, Jochen

□□□: 1:32:57

□□: Viernheim

□□: 280

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 262 (of 294)

□□□□□/□: 199 (of 220)

□□□□□□: 58:13

□□□□:

männl. AK 3 (TM 30-34)

□□□□□: 27(of 29)

□□□□□□□: 58:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	16:54	0.00	29	9:26	218	9:43	0.50	16:54	0.00	8	7:40	220	8:29
Schwimmen □□□	0.50	16:54												
Rad	20.00	51:28	23.32	29	17:50	209	18:17	20.50	1:08:22	17.55	8	23:44	219	25:15
Rad □□□	20.00	51:28												
Lauf	5.00	24:35	12.20	26	12:36	157	14:26	25.50	1:32:57	16.14	29	34:44	208	34:44
Lauf □□□	25.00	1:32:57												