



8. Lorsch Triathlon

Lorsch / 28.08.2011

□□□□

Hechler, Holger

□□□: 1:17:29

□□: Team Freetime

□□: 318

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 134 (of 294)

□□□□□/□: 123 (of 220)

□□□□□□: 58:13

□□□□:

männl. AK 4 (TM 35-39)

□□□□□: 27(of 35)

□□□□□□□: 59:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	12:44	0.00	30	5:33	166	5:33	0.50	12:44	0.00	36	0:14	220	4:19
Schwimmen □□□	0.50	12:44												
Rad	20.00	39:46	30.18	15	6:35	73	6:35	20.50	52:30	22.86	36		219	9:23
Rad □□□	20.00	39:46												
Lauf	5.00	24:59	12.01	29	7:26	168	14:50	25.50	1:17:29	19.36	27	18:19	132	19:16
Lauf □□□	25.00	1:17:29												