



8. Lorsch Triathlon

Lorsch / 28.08.2011

□□□□

Gumb, Ralph

□□□: 1:18:13

□□: SSG Bensheim

□□: 322

□□: 25.50 km

□□□□□/□□□: 143 (of 294)

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□: 131 (of 220)

□□□□□□: 58:13

□□□□:

□□□□□: 19(of 31)

Senioren 2 (TM 45.49)

□□□□□□□: 1:00:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	12:02	0.00	20	4:03	144	4:51	0.50	12:02	0.00	32		28	3:37
Schwimmen □□□	0.50	12:02												
Rad	20.00	43:40	27.48	22	8:58	153	10:29	20.50	55:42	21.54	32		219	12:35
Rad □□□	20.00	43:40												
Lauf	5.00	22:31	13.32	16	12:08	110	12:22	25.50	1:18:13	19.18	21	17:15	140	20:00
Lauf □□□	25.00	1:18:13												