



# 8. Lorsch Triathlon

Lorsch / 28.08.2011

□□□□

Kashani, Nawid

□□□: 1:05:01

□□: LSV Ladenburg

□□: 371

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 24 (of 294)

□□□□□/□: 23 (of 220)

□□□□□□: 58:13

□□□□:

männl. AK 4 (TM 35-39)

□□□□□: 5(of 35)

□□□□□□□: 59:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	9:40	0.00	12	2:29	52	2:29	0.50	9:40	0.00	36		220	1:15
Schwimmen □□□	0.50	9:40												
Rad	20.00	36:43	32.68	7	3:32	26	3:32	20.50	46:23	25.87	36		219	3:16
Rad □□□	20.00	36:43												
Lauf	5.00	18:38	16.10	4	1:05	27	8:29	25.50	1:05:01	23.07	5	5:51	26	6:48
Lauf □□□	25.00	1:05:01												