



8. Lorsch Triathlon

Lorsch / 28.08.2011

□□□□

Giesbert, Stefan

□□□: 1:18:37

□□: www.sneakpod.de

□□: 373

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 149 (of 294)

□□□□□/□: 134 (of 220)

□□□□□□: 58:13

□□□□:

männl. AK 3 (TM 30-34)

□□□□□: 21(of 29)

□□□□□□□: 58:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	9:52	0.00	12	2:24	59	2:41	0.50	9:52	0.00	30	0:38	220	1:27
Schwimmen □□□	0.50	9:52												
Rad	20.00	43:22	27.67	24	9:44	149	10:11	20.50	53:14	22.54	30	8:36	219	10:07
Rad □□□	20.00	43:22												
Lauf	5.00	25:23	11.82	28	13:24	174	15:14	25.50	1:18:37	19.08	23	20:24	143	20:24
Lauf □□□	25.00	1:18:37												