



8. Lorsch Triathlon

Lorsch / 28.08.2011

□□□□

Held, Michael

□□□: 1:21:44

□□: Worms

□□: 15

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 185 (of 294)

□□□□□/□: 154 (of 220)

□□□□□□: 58:13

□□□□:

Senioren 2 (TM 45.49)

□□□□□: 20(of 31)

□□□□□□□: 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	45:46	26.22	25	11:04	177	12:35	20.50	57:48	20.76	32		28	14:41
Rad □□□	20.00	45:46												
Lauf	5.00	23:56	12.53	21	13:33	146	13:47	25.50	1:21:44	18.35	22	20:46	163	23:31
Lauf □□□	25.00	1:21:44												