



8. Lorsch Triathlon

Lorsch / 28.08.2011

□□□□

Helmstädter, Maria

□□□: 1:23:21

□□: LSV07 Ludwigshafen

□□: 369

□□: 25.50 km

□□□□□/□□□: 205 (of 294)

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□: 36 (of 74)

□□□□□□: 1:03:24

□□□□:

□□□□□: 4(of 9)

Seniorinnen 3 (TW 50-54)

□□□□□□□: 1:12:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	11:22	0.00	4	1:58	26	4:19	0.50	11:22	0.00	10	0:14	75	2:52
Schwimmen □□□	0.50	11:22												
Rad	20.00	49:18	24.34	6	10:31	57	13:23	20.50	1:00:40	19.78	10	3:54	75	16:15
Rad □□□	20.00	49:18												
Lauf	5.00	22:41	13.23	2	0:44	11	3:49	25.50	1:23:21	18.00	4	10:28	36	19:57
Lauf □□□	25.00	1:23:21												