



8. Lorsch Triathlon

Lorsch / 28.08.2011

□□□□

Gall, Ralf

□□□: 1:22:07

□□: Lindenfels

□□: 3

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 189 (of 294)

□□□□□/□: 157 (of 220)

□□□□□□: 58:13

□□□□:

Senioren 1 (TM 40-44)

□□□□□: 36(of 45)

□□□□□□□: 1:00:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	12:34	0.00	37	5:00	163	5:23	0.50	12:34	0.00	46		30	4:09
Schwimmen □□□	0.50	12:34												
Rad	20.00	48:36	24.69	40	15:17	193	15:25	20.50	1:01:10	19.62	46	7:44	30	18:03
Rad □□□	20.00	48:36												
Lauf	5.00	20:57	14.32	14	10:48	72	10:48	25.50	1:22:07	18.27	37	21:56	166	23:54
Lauf □□□	25.00	1:22:07												