

September 2010
**Spiridon-
 Finisher**

aufgenommen	schwimmen	radfahren	Laufen		Veranstaltungsdatum	
08.12.2013	1,5	43	10	Frankfurt	05.09.2010	0
				1. Frankfurt City Triathlon		

Dezember 2013
**Spiridon-
 Finisher**

aufgenommen	Run	Bike	Run		Veranstaltungsdatum	
08.12.2013	5	22,5	2,5	Frankfurt	01.12.2013	4
				20. Frankfurter Nikolaus-Duathlon		
08.12.2013	2,5	15	2,5	Frankfurt	01.12.2013	2
				20. Frankfurter Nikolaus-Duathlon		