



24. stz-Werrataltriathlon

Naherholungszentrum Immelborn / 09.08.2009

□□□□

Manus 2

□□□: 1:24:53

□□: Manus 2

□□: 10.60 km/h

□□: 451

□□: 15.00 km

Jedermann-Crosstriathlon Staffel

□□□□□: 9 (of 9)

□□□□□□: 50:41

□□□□:

□□□□□: 9(of 9)

Jedermann-Crosstriathlon-Staffel

□□□□□□□: 50:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen	0.40	14:02	1.71	9	6:18	9	6:18	0.40	14:02	1.71	9	6:14	9	6:14
Rad	9.20	33:12	16.63	9	13:14	9	13:14	9.60	47:14	12.19	9	19:28	9	19:28
Lauf	5.40	37:39	8.61	9	14:44	9	14:44	15.00	1:24:53	10.60	9	34:12	9	34:12