



# 2. Hexengrund-Triathlon Engerda

Engerda / 11.09.2010

□□□□

Hercher, Frank

□□□: 1:57:17

□□: SV 1956 Großkochberg

□□: 28

□□: 38.00 km

□□□□□/□□□: 20 (of 67)

Hexengrund-Triathlon 0,5-30.0-7,5

□□□□□/□: 19 (of 59)

□□□□□□: 1:34:07

□□□□:

□□□□□: 3(of 9)

TM 20

□□□□□□□: 1:47:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	13:29	26:57	4	2:17	29	5:26	0.50	13:29	26:57	3	0:09	49		
Rad	30.00	1:05:51	2:11	5	3:04	21	9:18	30.50	1:19:20	2:36	3	3:13	48		
Lauf	7.50	37:57	5:03	3	6:33	24	8:26	38.00	1:57:17	3:05	3	9:46	19	23:10	