



26. stz-Werratal-Triathlon/6. Jedermann Triathlon
 Naherholungszentrum Immelborn / 07.08.2011

□□□□

Swiderski, Jan

□□□: 2:43:36

□□: WSC 07 Ruhla

□□: 30

□□: 53.50 km

□□□□□/□□□: 30 (of 40)

stz-Werrataltriathlon 1,5-40-10.00

□□□□□/□: 27 (of 32)

□□□□□□: 1:59:47

□□□□:

□□□□□: 6(of 6)

TM 45-49, Senioren 2

□□□□□□□: 2:16:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	1.50	28:53	19:15	6	8:47	29	10:01	1.50	28:53	19:15	5	3:26	7	3:51
Rad	42.00	1:24:45	2:01	6	16:29	28	19:31	43.50	1:53:38	2:36	5	19:55	7	13:23
Lauf	10.00	49:58	4:59	6	8:53	25	15:24	53.50	2:43:36	3:03	6	26:56	27	43:49