



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

□□□□

Workconcept-Zimmer

□□□: 59:43

□□: 207

□□: 15.07 km/h

□□□□: 3:59 min/km

□□: 15.00 km

Jedermann-Triathlon 0,3-14,0-5,0 km (Staffel) □□□□□: 4 (of 5)

□□□□□□: 54:50

□□□□:

□□□□□: 4(of 5)

Jedermann-Staffel

□□□□□□□: 54:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen	0.30	6:33	21:49	2	0:19	2	0:19	0.30	6:33	21:49	4		4	
Rad	14.00	27:15	1:56	5	4:54	5	4:54	14.30	33:48	2:21	4	3:19	4	3:19
Lauf	5.00	25:55	5:11	3	1:47	3	1:47	15.00	59:43	3:58	4	4:53	4	4:53