



Hexengrund-Triathlon Engerda 2012

Engerda / 08.09.2012

0000

Kränkel, Volker

000: 2:25:18

00: SV Rot-Weiß Sitzendorf

00: 17

00: 35.70 km

00000/000: 46 (of 54)

Hexengrund-Triathlon 0.5-30.0-7.5

00000/0: 42 (of 48)

000000: 1:36:59

0000:

00000: 7(of 8)

TM 45, Senioren 2

0000000: 1:36:59

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Wechsel Schw.-R	0.50	12:21	24:41	6	3:30	28	3:30	0.50	12:21	24:41	8	3:30	21	
Schwimmen	0.01	4:05	408:19	8	3:43	45	3:43	0.51	16:26	32:13	8	6:43	21	0:12
Schwimmen 000	0.51	16:26												
Runde Rad	2.00	6:54	3:27	8	2:35	47	2:35	2.51	23:20	9:17	8	9:18	21	1:33
Runde Rad	8.70	24:25	2:48	8	7:17	45	7:33	11.21	47:45	4:15	8	16:35	21	3:28
Runde Rad	8.70	24:21	2:47	8	6:12	44	6:29	19.91	1:12:06	3:37	8	22:47	21	5:22
Wechsel Rad-Lau	8.70	24:43	2:50	8	6:02	42	6:27	28.61	1:36:49	3:23	8	28:49	20	5:16
Rad	0.01	0:06	10:00	3	0:03	15	0:04	28.62	1:36:55	3:23	8	28:47	20	5:13
Rad 000	28.11	1:20:29												
Runde Lauf	2.40	15:56	6:38	8	6:25	42	15:46	31.02	1:52:51	3:38	8	35:12	20	5:44
Runde Lauf	2.40	16:09	6:43	7	6:24	41	6:24	33.42	2:09:00	3:51	7	41:36	20	7:39
Lauf	2.28	16:18	7:08	7	6:43	40	6:44	35.70	2:25:18	4:04	7	48:19	42	48:19
Lauf 000	35.19	2:25:18												