



3. Sparkasse Charity Triathlon Bidingen Bidingen / 16.06.2013

□□□□

Frerichs, Martin

□□: SV Fun-Ball Dortelweil
□□: 139

□□: 25.55 km
Jedermann-Triathlon (0,55-20,0-5,0)

□□□□:
Senioren 2 MK45

□□□: 1:09:39

□□: 21.54 km/h
□□□□: 2:44 min/km

□□□□□/□□□: 20 (of 119)

□□□□□/□: 19 (of 87)

□□□□□□: 1:02:44

□□□□□: 6(of 28)

□□□□□□□: 1:02:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.55	13:19	24:12	5	3:23	20	3:23	0.55	13:19	24:12	13	2:03	88		
Zwischen Rad 1	-	11:00	-	8	0:57	22	1:11	0.55	24:19	-	13	3:00	88		
Zwischen Rad 2	-	6:23	-	9	0:41	22	0:41	0.55	30:42	-	13	3:41	87		
Zwischen Rad 1	-	8:50	-	6	0:38	20	0:55	0.55	39:32	-	13	4:07	87		
Zwischen Rad 2	-	6:19	-	8	0:40	21	0:43	0.55	45:51	-	13	4:47	87		
Rad	20.00	3:13	0:09	9	0:30	30	0:42	20.55	49:04	2:23	13	5:17	87		
Zwischen Lauf 1	-	10:09	-	5	0:50	17	1:10	20.55	59:13	-	13	4:41	87		
Zwischen Lauf 2	-	7:22	-	3	0:17	12	0:36	20.55	1:06:35	-	13	4:17	87		
Strafzeit	-	fehlt!	-	-	-	-	-	20.55	-	-	-	-	-	-	-
Lauf	5.00	3:04	0:36	5	0:13	18	2:10	25.55	1:09:39	2:43	6	6:50	20	45:29	