



6. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 06.07.2013

0000

Irmmler, Günther

000: 1:32:35

00: DLRG Schmallenberg

00: 123

00: 25.70 km

Volksdistanz (0,70-20,00-5,00)

00000/000: 77 (of 116)

00000/0: 68 (of 92)

000000: 1:03:19

0000:

00000: 4(of 4)

Senioren 4 (55-59 Jahre)

0000000: 1:27:25

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
Schwimmen	0.70	15:44	22:28	1	-	44	6:05	0.70	15:44	22:28	4	-	3	
Schwimmen 0	0.70	15:44	22:28	4		3		0.70	15:44	22:28	4		3	
Wechsel Schwim	0.05	4:15	85:00	4	1:35	90	3:03	0.75	19:59	26:38	4		3	0:16
Schwimmen 000	0.75	19:59	26:38	4		3	0:16	0.75	19:59	26:38	4		3	0:16
ZZ Rad	10.00	23:22	2:20	4	2:20	56	5:54	10.75	43:21	4:01	4	1:59	6	1:12
Rad Ende	10.00	21:11	2:07	4	1:53	57	6:12	20.75	1:04:32	3:06	4	3:52	3	1:48
Wechsel Rad-Lau	0.05	1:33	31:00	1	-	65	0:54	20.80	1:06:05	3:10	4	3:37	3	1:59
Rad 000	20.05	46:06	2:17	3	3:58	68	11:29	20.80	1:06:05	3:10	4	3:37	3	1:59
ZZ Lauf	2.50	12:58	5:11	4	1:44	71	4:07	23.30	1:19:03	3:23	4	3:44	4	3:45
Lauf	2.50	13:32	5:24	4	2:08	70	4:10	25.70	1:32:35	3:36	4	5:10	68	29:16