



# 6. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 06.07.2013

□□□□

Jaschke, Simon

□□□: 9:38

□□: SC Westfalia 04 Herne

□□: 23

□□: 1.94 km

□□□□□/□□□: 12 (of 23)

Kindertriathlon (0,04-1,50-0,40)

□□□□□/□: 6 (of 13)

□□□□□□: 7:04

□□□□:

□□□□□: 3(of 4)

männliche Schüler A (12+13 Jahre)

□□□□□□□: 7:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.04	1:01	25:24	2	0:13	4	0:24	0.04	1:01	25:24	3		7	0:24
Wechsel Schwim	0.05	2:53	57:39	4	1:16	12	1:30	0.09	3:54	43:20	3	1:07	7	1:48
Schwimmen □□□	0.09	3:54	43:20	3	1:07	7	1:48	0.09	3:54	43:20	3	1:07	7	1:48
Rad Ende	1.50	3:33	2:22	3	0:27	6	0:37	1.59	7:27	4:41	3	1:34	7	2:25
Wechsel Rad-Lau	0.05	0:32	10:39	3	0:11	5	0:11	1.64	7:59	4:52	3	1:45	7	2:34
Rad □□□	1.55	4:05	2:38	3	0:38	6	0:46	1.64	7:59	4:52	3	1:45	7	2:34
Lauf	0.40	1:39	4:07	2	0:11	2	0:11	1.94	9:38	4:57	3	1:56	6	2:34