



6. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 06.07.2013

□□□□

TriFun Junior I

□□□: 1:36:26

□□: TriFun Junior I

□□: 30

□□: 25.70 km

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

□□□□□/□□□: 22 (of 28)

□□□□□/□□□: 22 (of 28)

□□□□□□: 1:12:01

□□□□:

□□□□□: 22(of 28)

Staffel

□□□□□□□: 1:12:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen	0.70	16:30	23:34	6	6:56	6	6:56	0.70	16:30	23:34	7	2:49	7	2:49
Schwimmen □	0.70	16:30	23:34	7	2:49	7	2:49	0.70	16:30	23:34	7	2:49	7	2:49
Wechsel Schwim	0.05	1:30	30:00	14	0:23	14	0:23	0.75	18:00	24:00	7	2:56	7	2:56
Schwimmen □□□	0.75	18:00	24:00	7	2:56	7	2:56	0.75	18:00	24:00	7	2:56	7	2:56
ZZ Rad	10.00	28:05	2:48	24	14:31	24	14:31	10.75	46:05	4:17	7	7:57	7	7:57
Rad Ende	10.00	25:44	2:34	23	8:01	23	8:01	20.75	1:11:49	3:27	7	10:57	7	10:57
Wechsel Rad-Lau	0.05	0:46	15:20	14	0:10	14	0:10	20.80	1:12:35	3:29	7	10:40	7	10:40
Rad □□□	20.05	54:35	2:43	24	17:53	24	17:53	20.80	1:12:35	3:29	7	10:40	7	10:40
ZZ Lauf	2.50	11:42	4:40	14	6:19	14	6:19	23.30	1:24:17	3:37	7	8:45	7	8:45
Lauf	2.50	12:09	4:51	10	1:55	10	1:55	25.70	1:36:26	3:45	22	24:25	22	24:25