



6. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 06.07.2013

□□□□

Stolze, Michael

□□□: 1:56:56

□□: Tri Speedys Peine

□□: 193

□□: 25.70 km

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

□□□□□/□□□: 115 (of 116)

□□□□□/□: 92 (of 92)

□□□□□□: 1:03:19

□□□□:

Senioren 2 (45-49 Jahre)

□□□□□: 23(of 23)

□□□□□□□: 1:10:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.70	22:28	32:05	23	10:15	91	12:49	0.70	22:28	32:05	2	7:22	25	5:22	
Schwimmen □	0.70	22:28	32:05	2	7:22	25	5:22	0.70	22:28	32:05	2	7:22	25	5:22	
Wechsel Schwim	0.05	5:24	108:00	23	3:59	92	4:12	0.75	27:52	37:09	2	9:50	25	8:09	
Schwimmen □□□	0.75	27:52	37:09	2	9:50	25	8:09	0.75	27:52	37:09	2	9:50	25	8:09	
ZZ Rad	10.00	28:45	2:52	20	10:33	78	11:17	10.75	56:37	5:15	2	17:30	22	14:28	
Rad Ende	10.00	24:32	2:27	19	9:33	77	9:33	20.75	1:21:09	3:54	2	23:05	25	18:25	
Wechsel Rad-Lau	0.05	2:48	55:59	23	2:01	92	2:09	20.80	1:23:57	4:02	2	24:10	25	19:51	
Rad □□□	20.05	56:05	2:47	23	20:14	91	21:28	20.80	1:23:57	4:02	2	24:10	25	19:51	
ZZ Lauf	2.50	16:12	6:28	23	6:51	87	7:21	23.30	1:40:09	4:17	2	28:11	24	24:51	
Lauf	2.50	16:47	6:42	23	7:00	86	7:25	25.70	1:56:56	4:32	23	46:53	92	53:37	