



6. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 06.07.2013

□□□□

Habicht, Sebastian

□□□: 3:02:47

□□: FSG Oberes Siegtal

□□: 357

□□: 55.40 km

Olympische Distanz (1,40-44,00-10,00)

□□□□□/□□□: 49 (of 71)

□□□□□/□: 46 (of 61)

□□□□□□: 2:17:34

□□□□:

AK3 männlich (30-34 Jahre)

□□□□□: 7(of 9)

□□□□□□□: 2:30:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	1.40	34:39	24:45	8	10:36	55	13:50	1.40	34:39	24:45	7	5:20	18	3:36	
Schwimmen □	1.40	34:39	24:45	7	5:20	18	3:36	1.40	34:39	24:45	7	5:20	18	3:36	
Wechsel Schwim	0.05	2:48	55:59	6	0:50	34	1:23	1.45	37:27	25:49	7	6:05	18	3:51	
Schwimmen □□□	1.45	37:27	25:49	7	6:05	18	3:51	1.45	37:27	25:49	7	6:05	18	3:51	
ZZ Rad	11.00	21:44	1:58	5	4:00	31	4:00	12.45	59:11	4:45	6	10:05	1	-	
ZZ Rad	11.00	24:25	2:13	5	2:18	33	4:17	23.45	1:23:36	3:33	5		16	3:09	
ZZ Rad	11.00	25:03	2:16	4	2:36	30	4:53	34.45	1:48:39	3:09	4	14:56	14	2:25	
Rad Ende	11.00	20:23	1:51	5	2:06	35	3:58	45.45	2:09:02	2:50	7	21:31	18	1:16	
Wechsel Rad-Lau	0.05	1:44	34:39	6	0:32	33	0:45	45.50	2:10:46	2:52	7	21:55	18	1:19	
Rad □□□	44.05	1:33:19	2:07	7	15:50	40	18:27	45.50	2:10:46	2:52	7	21:55	18	1:19	
ZZ Lauf	3.33	12:19	3:41	8	2:37	38	3:30	48.83	2:23:05	2:55	7	24:32	17	1:38	
ZZ Lauf	3.33	26:38	7:59	6	5:31	32	7:18	52.16	2:49:43	3:15	5	27:50	13	0:06	
Lauf	3.33	13:04	3:55	5	2:37	32	3:53	55.40	3:02:47	3:17	7	32:20	46	45:13	