



6. ITH Hennessee Triathlon

Meschede / 06.07.2013

0000

Terstesse, Christian

000: 1:10:03

00: TSVE 1890 Bielefeld

00: 131

00: 25.70 km

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

0000:

Senioren 2 (45-49 Jahre)

00000/000: 5 (of 116)

00000/0: 5 (of 92)

000000: 1:03:19

00000: 1(of 23)

0000000: 1:10:03

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Schwimmen	0.70	12:13	17:27	1	-	8	2:34	0.70	12:13	17:27	13		66	
Schwimmen 0	0.70	12:13	17:27	13		66		0.70	12:13	17:27	13		66	
Wechsel Schwim	0.05	1:30	30:00	4	0:05	8	0:18	0.75	13:43	18:17	13		66	
Schwimmen 000	0.75	13:43	18:17	13		66		0.75	13:43	18:17	13		66	
ZZ Rad	10.00	18:12	1:49	1	-	2	0:44	10.75	31:55	2:58	11		60	
Rad Ende	10.00	16:51	1:41	2	1:52	3	1:52	20.75	48:46	2:21	13		66	
Wechsel Rad-Lau	0.05	0:48	16:00	2	0:01	6	0:09	20.80	49:34	2:22	13		66	
Rad 000	20.05	35:51	1:47	1	-	5	1:14	20.80	49:34	2:22	13		66	
ZZ Lauf	2.50	10:04	4:01	2	0:43	8	1:13	23.30	59:38	2:33	13		78	
Lauf	2.50	10:25	4:09	2	0:38	6	1:03	25.70	1:10:03	2:43	1	-	5	6:44