



6. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 06.07.2013

□□□□

Garus, Katharina

□□□: 1:16:27

□□: Equipe Kölsche Klüngel - KTT01

□□: 216

□□: 25.70 km

□□□□□/□□□: 22 (of 116)

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

□□□□□/□: 2 (of 24)

□□□□□□: 1:15:12

□□□□:

□□□□□: 1(of 4)

AK3 weiblich (30-34 Jahre)

□□□□□□□: 1:16:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.70	13:49	19:44	1	-	1	-	0.70	13:49	19:44	1	-	24	
Schwimmen □	0.70	13:49	19:44	1	-	24		0.70	13:49	19:44	1	-	24	
Wechsel Schwim	0.05	1:41	33:39	1	-	1	-	0.75	15:30	20:40	1	-	24	
Schwimmen □□□	0.75	15:30	20:40	1	-	24		0.75	15:30	20:40	1	-	24	
ZZ Rad	10.00	fehlt!	-	-	-	-	-	10.75	-	-	-	-	-	-
Rad Ende	10.00	38:10	3:48	4	18:22	17	20:05	20.75	53:40	2:35	1	-	24	
Wechsel Rad-Lau	0.05	1:14	24:40	2	0:15	5	0:15	20.80	54:54	2:38	1	-	13	
Rad □□□	20.05	39:24	1:57	1	-	2	0:33	20.80	54:54	2:38	1	-	13	
ZZ Lauf	2.50	10:30	4:12	1	-	2	0:41	23.30	1:05:24	2:48	1	-	24	
Lauf	2.50	11:03	4:25	1	-	2	0:34	25.70	1:16:27	2:58	1	-	2	1:15