



6. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 06.07.2013

□□□□

ZICHOLL, Zoe

□□□: 8:11

□□: Lauffreunde Bönen 1985 e.V.

□□: 10

□□: 1.94 km

□□□□□/□□□: 5 (of 23)

Kindertriathlon (0,04-1,50-0,40)

□□□□□/□: 2 (of 10)

□□□□□□: 7:42

□□□□:

□□□□□: 1(of 3)

weibliche Schüler A (12+13 Jahre)

□□□□□□□: 8:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.04	0:56	23:19	1	-	3	0:11	0.04	0:56	23:19	1	-	2	0:11
Wechsel Schwim	0.05	1:48	36:00	2	0:02	3	0:16	0.09	2:44	30:22	1	-	2	0:27
Schwimmen □□□	0.09	2:44	30:22	1	-	2	0:27	0.09	2:44	30:22	1	-	2	0:27
Rad Ende	1.50	3:20	2:13	1	-	2	0:08	1.59	6:04	3:48	1	-	2	0:35
Wechsel Rad-Lau	0.05	0:24	8:00	1	-	1	-	1.64	6:28	3:56	1	-	2	0:34
Rad □□□	1.55	3:44	2:24	1	-	2	0:07	1.64	6:28	3:56	1	-	2	0:34
Lauf	0.40	1:43	4:17	2	0:07	2	0:07	1.94	8:11	4:13	1	-	2	0:29