



# 6. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 06.07.2013

□□□□

Schürhoff, Patrick

□□□: 1:19:36

□□: Bad Sassendorf

□□: 119

□□: 25.70 km

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

□□□□□/□□□: 27 (of 116)

□□□□□/□: 25 (of 92)

□□□□□□: 1:03:19

□□□□:

AK1 männlich (20-24 Jahre)

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 1:14:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.70	17:33	25:04	3	3:38	68	7:54	0.70	17:33	25:04	2	3:38	92	0:27	
Schwimmen □	0.70	17:33	25:04	2	3:38	92	0:27	0.70	17:33	25:04	2	3:38	92	0:27	
Wechsel Schwim	0.05	2:38	52:39	2	0:53	57	1:26	0.75	20:11	26:54	2	4:31	92	0:28	
Schwimmen □□□	0.75	20:11	26:54	2	4:31	92	0:28	0.75	20:11	26:54	2	4:31	92	0:28	
ZZ Rad	10.00	18:48	1:52	1	-	6	1:20	10.75	38:59	3:37	1	-	44		
Rad Ende	10.00	16:57	1:41	1	-	4	1:58	20.75	55:56	2:41	2	4:48	92		
Wechsel Rad-Lau	0.05	1:31	30:19	3	0:52	62	0:52	20.80	57:27	2:45	2	5:22	92		
Rad □□□	20.05	37:16	1:51	2	0:51	12	2:39	20.80	57:27	2:45	2	5:22	92		
ZZ Lauf	2.50	10:55	4:21	1	-	20	2:04	23.30	1:08:22	2:56	2	5:14	47		
Lauf	2.50	11:14	4:29	1	-	18	1:52	25.70	1:19:36	3:05	2	4:51	25	16:17	