



6. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 06.07.2013

□□□□

TriFun Junior II

□□□: 1:23:24

□□: TriFun Junior II

□□: 31

□□: 25.70 km

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

□□□□□/□□□: 9 (of 28)

□□□□□/□□□: 9 (of 28)

□□□□□□: 1:12:01

□□□□:

□□□□□: 9(of 28)

Staffel

□□□□□□□: 1:12:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen	0.70	17:10	24:31	12	7:36	12	7:36	0.70	17:10	24:31	20	3:29	20	3:29
Schwimmen □	0.70	17:10	24:31	20	3:29	20	3:29	0.70	17:10	24:31	20	3:29	20	3:29
Wechsel Schwim	0.05	1:33	31:00	16	0:26	16	0:26	0.75	18:43	24:57	20	3:39	20	3:39
Schwimmen □□□	0.75	18:43	24:57	20	3:39	20	3:39	0.75	18:43	24:57	20	3:39	20	3:39
ZZ Rad	10.00	19:54	1:59	6	6:20	6	6:20	10.75	38:37	3:35	20	0:29	20	0:29
Rad Ende	10.00	18:05	1:48	3	0:22	3	0:22	20.75	56:42	2:43	20		20	
Wechsel Rad-Lau	0.05	0:44	14:39	9	0:08	9	0:08	20.80	57:26	2:45	20		20	
Rad □□□	20.05	38:43	1:55	5	2:01	5	2:01	20.80	57:26	2:45	20		20	
ZZ Lauf	2.50	12:15	4:54	18	6:52	18	6:52	23.30	1:09:41	2:59	20		20	
Lauf	25.70	13:43	5:29	18	3:29	18	3:29	25.70	1:23:24	3:14	9	11:23	9	11:23