



6. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 06.07.2013

0000

Schmitz, Christoph

000: 1:25:35

00: LAC Veltins Hochsauerland

00: 101

00: 25.70 km

00000/000: 50 (of 116)

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

00000/0: 47 (of 92)

000000: 1:03:19

0000:

00000: 4(of 10)

AK3 männlich (30-34 Jahre)

0000000: 1:05:28

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Schwimmen	0.70	15:25	22:01	5	4:40	40	5:46	0.70	15:25	22:01	4	4:40	71	
Schwimmen 0	0.70	15:25	22:01	4	4:40	71		0.70	15:25	22:01	4	4:40	71	
Wechsel Schwim	0.05	2:41	53:39	6	1:00	60	1:29	0.75	18:06	24:08	4	5:40	71	
Schwimmen 000	0.75	18:06	24:08	4	5:40	71		0.75	18:06	24:08	4	5:40	71	
ZZ Rad	10.00	21:48	2:10	4	2:02	41	4:20	10.75	39:54	3:42	3	6:43	64	
Rad Ende	10.00	19:11	1:55	3	1:20	29	4:12	20.75	59:05	2:50	4	12:47	71	
Wechsel Rad-Lau	0.05	1:22	27:19	7	0:28	52	0:43	20.80	1:00:27	2:54	4	13:06	71	
Rad 000	20.05	42:21	2:06	4	7:26	42	7:44	20.80	1:00:27	2:54	4	13:06	71	
ZZ Lauf	2.50	12:35	5:01	6	1:41	60	3:44	23.30	1:13:02	3:08	3	10:04	70	
Lauf	2.50	12:33	5:01	5	1:15	50	3:11	25.70	1:25:35	3:19	4	20:07	47	22:16