



28. stz-Werratal-Triathlon 2013 und 8. Jedermann Triathlon
 Naherholungszentrum Immelborn / 04.08.2013

□□□□

ernst, beate

□□□: 3:15:52

□□: Triathlon Friedrichroda

□□: 227

□□: 51.50 km

□□□□□/□□□: 66 (of 73)

stz-Werrataltriathlon 1,5-40-10.00

□□□□□/□: 9 (of 12)

□□□□□□: 2:36:13

□□□□:

□□□□□: 2(of 3)

TW 45-49, Seniorinnen 2

□□□□□□□: 3:11:00

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Schwimmen | 1.50 | 35:57 | 23:58 | 3 | 9:40 | 11 | 9:40 | 1.50 | 35:57 | 23:58 | 2 | 9:40 | 9 | 9:04 |
| Rad | 40.00 | 1:33:01 | 2:19 | 2 | 5:40 | 10 | 16:21 | 41.50 | 2:08:58 | 3:06 | 2 | 15:20 | 9 | 25:25 |
| Lauf | 10.00 | 1:06:54 | 6:41 | 1 | - | 6 | 14:14 | 51.50 | 3:15:52 | 3:48 | 2 | 4:52 | 9 | 39:39 |