



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

□□□□

Rudolph, Maik

□□□: 1:11:42

□□: LSG 80 Schmückeläufer

□□: 184

□□: 25.40 km

□□□□□/□□□: 20 (of 87)

Jedermann-Triathlon 0,4-20,0-5,0

□□□□□/□: 20 (of 64)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

□□□□□: 9(of 19)

Männer 30-39 Jahre

□□□□□□□: 1:02:42

□□□□

□□□□

□□□

| □□□       | □□    | □□    | □□     | □□ | □□   | □□ | □□   | □□□   | □□□     | □□□    | □□ | □□   | □□ | □□    |
|-----------|-------|-------|--------|----|------|----|------|-------|---------|--------|----|------|----|-------|
|           | km    | □□    | min/km | -  | -    | □  | □    | km    | □□      | min/km | -  | -    | □  | □     |
| Schwimmen | 0.40  | 9:38  | 24:04  | 5  | 1:52 | 14 | 3:11 | 0.40  | 9:38    | 24:04  | 12 |      |    | 52    |
| Rad       | 20.00 | 42:55 | 2:08   | 7  | 4:03 | 17 | 7:48 | 20.40 | 52:33   | 2:34   | 12 |      |    | 52    |
| Lauf      | 5.00  | 19:09 | 3:49   | 9  | 3:45 | 24 | 4:18 | 25.40 | 1:11:42 | 2:49   | 9  | 9:00 | 20 | 13:10 |