



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

□□□□

Amthor, Holger

□□□: 1:34:07

□□: Fit Unlimited Suhl

□□: 150

□□: 25.40 km

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

□□□□□/□□□: 81 (of 87)

□□□□□/□: 62 (of 64)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

Männer 50-59 Jahre

□□□□□: 5(of 5)

□□□□□□□: 1:20:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.40	14:56	37:19	5	4:41	64	8:29	0.40	14:56	37:19	4	0:38	29	4:37
Rad	20.00	55:19	2:45	4	9:22	61	20:12	20.40	1:10:15	3:26	4	8:36	29	12:12
Lauf	5.00	23:52	4:46	5	4:48	55	9:01	25.40	1:34:07	3:42	5	13:24	62	35:35