



# 7. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 28.06.2014

□□□□

**Deters, Samantha**

□□□: 11:51

□□: Bike-Team-Baumberg

□□: 24

□□: 1.94 km

□□□□□/□□□: 15 (of 20)

Kindertriathlon (0,04-1,50-0,40)

□□□□□/□: 7 (of 9)

□□□□□□: 8:31

□□□□:

□□□□□: 2(of 3)

weibliche Schüler B (10+11 Jahre)

□□□□□□□: 8:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.04	1:25	35:24	3	0:31	8	0:31	0.04	1:25	35:24	2	0:31	7	0:31
Wechsel S -> R	-	2:15	-	3	0:59	9	0:59	0.04	3:40	91:39	2	1:30	7	1:30
Schwimmen □□□	0.04	3:40	91:39	2	1:30	7	1:30	0.04	3:40	91:39	2	1:30	7	1:30
Rad netto	1.50	4:10	2:46	2	0:57	7	0:57	1.54	7:50	5:05	2	2:27	7	2:27
Wechsel R -> L	-	1:04	-	3	0:20	8	0:21	1.54	8:54	5:46	2	2:47	7	2:47
Rad □□□	1.50	5:14	3:29	2	1:17	7	1:17	1.54	8:54	5:46	2	2:47	7	2:47
Lauf	0.40	2:57	7:22	2	0:33	8	0:40	1.94	11:51	6:06	2	3:20	7	3:20