



7. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 28.06.2014

□□□□

Reckemeier, Andreas

□□□: 2:34:18

□□: ESV Eintracht Hameln

□□: 334

□□: 55.40 km

□□□□□/□□□: 15 (of 86)

Olympische Distanz (1,40-44,00-10,00)

□□□□□/□: 15 (of 69)

□□□□□□: 2:15:45

□□□□:

□□□□□: 2(of 12)

Senioren 3 (50-54 Jahre)

□□□□□□□: 2:27:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.40	26:46	19:07	4	1:43	24	5:59	1.40	26:46	19:07	2	1:41	40	
Wechsel S -> R	-	2:15	-	4	0:15	24	0:55	1.40	29:01	20:43	2	1:56	40	
Schwimmen □□□	1.40	29:01	20:43	2	1:56	40		1.40	29:01	20:43	2	1:56	40	
Rad netto	44.00	1:15:19	1:42	2	0:40	4	3:18	45.40	1:44:20	2:17	2	2:36	39	
Wechsel R -> L	-	1:32	-	4	0:21	29	0:41	45.40	1:45:52	2:19	2	2:57	39	
Rad □□□	44.00	1:16:51	1:44	2	1:01	4	3:20	45.40	1:45:52	2:19	2	2:57	39	
Lauf	10.00	48:26	4:50	6	4:45	38	11:13	55.40	2:34:18	2:47	2	6:23	15	18:33