



7. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 28.06.2014

□□□□

Gorissen, Michael

□□□: 2:37:02

□□: Team Magic/KTT01

□□: 364

□□: 55.40 km

□□□□□/□□□: 20 (of 86)

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

□□□□□/□: 20 (of 69)

□□□□□□: 2:15:45

□□□□:

□□□□□: 7(of 19)

Senioren 1 (40-44 Jahre)

□□□□□□□: 2:21:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.40	29:15	20:53	13	5:58	39	8:28	1.40	29:15	20:53	14	0:13	67	2:11
Wechsel S -> R	-	1:57	-	4	0:37	10	0:37	1.40	31:12	22:17	14	-	67	1:50
Schwimmen □□□	1.40	31:12	22:17	14	-	67	1:50	1.40	31:12	22:17	14	-	67	1:50
Rad netto	44.00	1:20:29	1:49	5	8:28	15	8:28	45.40	1:51:41	2:27	13	-	55	-
Wechsel R -> L	-	1:39	-	13	0:30	35	0:48	45.40	1:53:20	2:29	11	-	52	-
Rad □□□	44.00	1:22:08	1:52	5	8:37	17	8:37	45.40	1:53:20	2:29	11	-	52	-
Lauf	10.00	43:42	4:22	8	5:30	18	6:29	55.40	2:37:02	2:50	7	15:43	20	21:17