



7. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 28.06.2014

□□□□

Belting, Andreas

□□□: 2:54:13

□□: Tönisberg

□□: 312

□□: 55.40 km

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

□□□□□/□□□: 46 (of 86)

□□□□□/□: 43 (of 69)

□□□□□□: 2:15:45

□□□□:

AK4 männlich (35-39 Jahre)

□□□□□: 10(of 10)

□□□□□□□: 2:15:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.40	28:37	20:26	7	7:50	37	7:50	1.40	28:37	20:26	10	7:50	11	1:33
Wechsel S -> R	-	2:12	-	5	0:29	20	0:52	1.40	30:49	22:00	10	8:04	11	1:27
Schwimmen □□□	1.40	30:49	22:00	10	8:04	11	1:27	1.40	30:49	22:00	10	8:04	11	1:27
Rad netto	44.00	1:28:45	2:01	10	14:07	41	16:44	45.40	1:59:34	2:38	7	22:11	1	-
Wechsel R -> L	-	1:31	-	5	0:25	28	0:40	45.40	2:01:05	2:40	10	22:33	67	
Rad □□□	44.00	1:30:16	2:03	10	14:29	41	16:45	45.40	2:01:05	2:40	10	22:33	67	
Lauf	10.00	53:08	5:18	10	15:55	55	15:55	55.40	2:54:13	3:08	10	38:28	43	38:28