



Carboo4u Duathlon  
Bodenfelde / 10.05.2015

□□□□

Nolte, Lennart

□□□: 11:43

□□: HSG S/U/W

□□: 64

Enduro Long Men

□□□□□/□□□: 12 (of 18)

□□□□□/□: 10 (of 15)

□□□□□□: 9:12

□□□□:

□□□□□: 2(of 3)

männliche Jugend B

□□□□□□□: 11:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Lauf 1	0.40	2:03	5:07	2	0:01	8	0:15	0.40	2:03	5:07	2	0:01	8	0:15	
Wechsel 1	0.01	1:10	116:40	2	0:03	11	0:20	0.41	3:13	7:50	2	0:03	11	0:34	
Lauf □□□	0.41	3:13	7:50	2	0:03	11	0:34	0.41	3:13	7:50	2	0:03	11	0:34	
Rad netto	2.50	5:04	2:01	2	0:21	12	1:10	2.91	8:17	2:50	2	0:24	12	1:37	
Wechsel 2	0.01	0:56	93:19	3	0:05	12	0:15	2.92	9:13	3:09	2	0:29	12	1:51	
Rad □□□	2.51	6:00	2:23	2	0:26	12	1:24	2.92	9:13	3:09	2	0:29	12	1:51	
Lauf 2	0.40	2:30	6:15	2	0:02	10	0:40	-	11:43	-	2	0:31	10	2:31	