



Carboo4u Duathlon
Bodenfelde / 10.05.2015

□□□□

Skender, Hyseni

□□□: 1:37:04

□□: HSG S/U/W

□□: 19

□□: 37.72 km

Carboo4U Duathlon Challenge

□□□□□/□□□: 20 (of 53)

□□□□□/□: 20 (of 46)

□□□□□□: 1:22:11

□□□□:

SEN1 / TM 40

□□□□□: 3(of 5)

□□□□□□□: 1:25:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Lauf 1	4.70	18:49	4:00	2	1:13	12	1:32	4.70	18:49	4:00	2	1:13	12	1:32	
Wechsel 1	0.01	1:01	101:39	1	-	7	0:10	4.71	19:50	4:12	2	0:46	11	1:35	
Lauf □□□	4.71	19:50	4:12	2	0:46	11	1:35	4.71	19:50	4:12	2	0:46	11	1:35	
Rad netto	29.00	58:59	2:02	4	8:19	28	11:54	33.71	1:18:49	2:20	3	9:05	23	12:16	
Wechsel 2	0.01	0:59	98:19	1	-	10	0:12	33.72	1:19:48	2:21	3	8:43	23	12:28	
Rad □□□	29.01	59:58	2:04	4	7:57	28	12:00	33.72	1:19:48	2:21	3	8:43	23	12:28	
Lauf 2	4.00	17:16	4:18	2	2:32	16	2:44	37.72	1:37:04	2:34	3	11:15	20	14:53	