



Carboo4u Duathlon
Bodenfelde / 10.05.2015

□□□□

Aue, Dirk

□□□: 1:38:05

□□: ASV Velo-Venezia Dransfeld e.V.

□□: 7

□□: 37.72 km

□□□□□/□□□: 22 (of 53)

Carboo4U Duathlon Challenge

□□□□□/□: 22 (of 46)

□□□□□□: 1:22:11

□□□□:

□□□□□: 3(of 7)

SEN2 / TM 45

□□□□□□□: 1:22:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Lauf 1	4.70	21:33	4:35	3	4:07	23	4:16	4.70	21:33	4:35	3	4:07	23	4:16	
Wechsel 1	0.01	1:22	136:39	4	0:21	24	0:31	4.71	22:55	4:51	3	4:28	22	4:40	
Lauf □□□	4.71	22:55	4:51	3	4:28	22	4:40	4.71	22:55	4:51	3	4:28	22	4:40	
Rad netto	29.00	53:55	1:51	3	6:05	19	6:50	33.71	1:16:50	2:16	3	9:34	19	10:17	
Wechsel 2	0.01	1:20	133:19	2	0:28	25	0:33	33.72	1:18:10	2:19	3	10:02	19	10:50	
Rad □□□	29.01	55:15	1:54	3	5:36	20	7:17	33.72	1:18:10	2:19	3	10:02	19	10:50	
Lauf 2	4.00	19:55	4:58	3	5:23	26	5:23	37.72	1:38:05	2:36	3	15:25	22	15:54	