



Carboo4U Triathlon Challenge Bodenfelde 2015

Bodenfelde / 27.09.2015

□□□□

Würschmidt, Tobias

□□□: 1:32:54

□□: FSV Asbach

□□: 0

□□: 34.85 km

□□□□□/□□□: 22 (of 64)

Carboo4u Triathlon Challenge

□□□□□/□: 21 (of 55)

□□□□□□: 1:19:40

□□□□:

□□□□□: 4(of 7)

AK3 männlich (30-34 Jahre)

□□□□□□□: 1:19:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.75	14:32	19:22	3	2:20	23	4:31	0.75	14:32	19:22	8	2:20	56	4:31
Wechsel S -> R	0.05	2:10	43:19	5	1:19	36	1:19	0.80	16:42	20:52	8	3:39	56	5:24
Schwimmen □□□	0.80	16:42	20:52	8	3:39	56	5:24	0.80	16:42	20:52	8	3:39	56	5:24
Rad netto	29.00	52:21	1:48	3	5:16	17	5:40	29.80	1:09:03	2:19	4	8:55	18	9:15
Wechsel R -> L	0.05	0:57	18:59	5	0:24	27	0:24	29.85	1:10:00	2:20	8	9:19	56	9:27
Rad □□□	29.05	53:18	1:50	3	5:40	18	6:02	29.85	1:10:00	2:20	8	9:19	56	9:27
Lauf	5.00	22:54	4:34	5	3:54	22	6:36	34.85	1:32:54	2:39	4	13:13	21	13:14