



Carboo4U Triathlon Challenge Bodenfelde 2015

Bodenfelde / 27.09.2015

□□□□

sportgruppe atemlos

□□□: 2:11:54

□□: Carboo4U Team

□□: 159

□□: 34.85 km

□□□□□/□□□: 12 (of 12)

Carboo4u Triathlon Firmen- und Staffeltriathlon □□□□□/□□□: 12 (of 12)

□□□□□□: 1:22:17

□□□□:

□□□□□: 12(of 12)

Staffel

□□□□□□□: 1:22:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.75	23:54	31:51	12	10:23	12	10:23	0.75	23:54	31:51	12	10:23	12	10:23
Wechsel S -> R	0.05	0:24	8:00	9	0:08	9	0:08	0.80	24:18	30:22	12	10:28	12	10:28
Schwimmen □□□	0.80	24:18	30:22	12	10:28	12	10:28	0.80	24:18	30:22	12	10:28	12	10:28
Rad netto	29.00	1:19:48	2:45	12	30:08	12	30:08	29.80	1:44:06	3:29	12	40:36	12	40:36
Wechsel R -> L	0.05	0:28	9:19	6	0:08	6	0:08	29.85	1:44:34	3:30	12	40:42	12	40:42
Rad □□□	29.05	1:20:16	2:45	12	30:14	12	30:14	29.85	1:44:34	3:30	12	40:42	12	40:42
Lauf	5.00	27:20	5:28	9	8:55	9	8:55	34.85	2:11:54	3:47	12	49:37	12	49:37