



Carboo4U Triathlon Challenge Bodenfelde 2015

Bodenfelde / 27.09.2015

□□□□

Bachmann, Frank

□□□: 1:35:13

□□: Team Erdinger Alkoholfrei

□□: 0

□□□□□/□□□: 28 (of 64)

Enduro U13

□□□□□/□: 27 (of 55)

□□□□□□: 1:19:40

□□□□:

□□□□□: 2(of 6)

Senioren 3 (50-54 Jahre)

□□□□□□□: 1:27:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.75	14:43	19:37	4	3:44	26	4:42	0.75	14:43	19:37	7	3:44	26	4:42
Wechsel S -> R	0.05	1:57	39:00	3	0:34	28	1:06	0.80	16:40	20:49	7	4:18	26	5:22
Schwimmen □□□	0.80	16:40	20:49	7	4:18	26	5:22	0.80	16:40	20:49	7	4:18	26	5:22
Rad netto	29.00	54:19	1:52	2	4:34	25	7:38	29.80	1:10:59	2:22	7	8:52	26	11:11
Wechsel R -> L	0.05	1:04	21:19	3	0:17	37	0:31	29.85	1:12:03	2:24	7	9:09	26	11:30
Rad □□□	29.05	55:23	1:54	2	4:51	26	8:07	29.85	1:12:03	2:24	7	9:09	26	11:30
Lauf	5.00	23:10	4:38	1	-	24	6:52	-	1:35:13	-	2	8:04	27	15:33