



Carboo4U Triathlon Challenge Bodenfelde 2015

Bodenfelde / 27.09.2015

□□□□

Riechel, Mario

□□□: 1:45:58

□□: 1. Eichsfelder Sportclub e.V Team TriSicherung

□□: 0

□□: 34.85 km

□□□□□/□□□: 46 (of 64)

Carboo4u Triathlon Challenge

□□□□□/□: 41 (of 55)

□□□□□□: 1:19:40

□□□□:

□□□□□: 9(of 12)

AK4 männlich (35-39 Jahre)

□□□□□□□: 1:19:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.75	13:48	18:24	6	2:00	18	3:47	0.75	13:48	18:24	6	2:00	18	3:47
Wechsel S -> R	0.05	1:15	25:00	3	0:15	10	0:24	0.80	15:03	18:48	4	2:04	13	3:45
Schwimmen □□□	0.80	15:03	18:48	4	2:04	13	3:45	0.80	15:03	18:48	4	2:04	13	3:45
Rad netto	29.00	58:39	2:01	9	11:58	36	11:58	29.80	1:13:42	2:28	8	13:54	33	13:54
Wechsel R -> L	0.05	1:23	27:39	11	0:50	48	0:50	29.85	1:15:05	2:30	8	14:32	33	14:32
Rad □□□	29.05	1:00:02	2:03	9	12:46	36	12:46	29.85	1:15:05	2:30	8	14:32	33	14:32
Lauf	5.00	30:53	6:10	12	14:35	54	14:35	34.85	1:45:58	3:02	9	26:18	41	26:18