



8. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 13.06.2015

□□□□

Althoff, Maya

□□□: 11:53

□□: LC Bottrop

□□: 11

□□: 1.94 km

Kindertriathlon (0,04-1,50-0,40)

□□□□□/□□□: 13 (of 15)

□□□□□/□: 6 (of 8)

□□□□□□: 8:17

□□□□:

weibliche Schüler A (12+13 Jahre)

□□□□□: 4(of 4)

□□□□□□□: 8:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.04	1:08	28:19	4	0:31	6	0:31	0.04	1:08	28:19	4	0:31	6	0:31
Wechsel S -> R	-	3:18	-	4	1:27	6	1:27	0.04	4:26	110:50	4	1:58	6	1:58
Schwimmen □□□	0.04	4:26	110:50	4	1:58	6	1:58	0.04	4:26	110:50	4	1:58	6	1:58
Rad netto	1.50	4:02	2:41	4	3:59	5	3:59	1.54	8:28	5:29	4	5:33	6	5:33
Wechsel R -> L	-	1:14	-	3	0:20	3	0:20	1.54	9:42	6:17	4	3:14	6	3:14
Rad □□□	1.50	5:16	3:30	4	1:24	6	1:24	1.54	9:42	6:17	4	3:14	6	3:14
Lauf	0.40	2:11	5:27	4	0:24	7	0:24	1.94	11:53	6:07	4	3:36	6	3:36