



8. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 13.06.2015

□□□□

Kurten, Geena

□□□: 1:35:48

□□: Wasserfreunde Finnentrop

□□: 141

□□: 25.70 km

Volksdistanz (0,70-20,00-5,00)

□□□□□/□□□: 83 (of 113)

□□□□□/□: 16 (of 26)

□□□□□□: 1:12:25

□□□□:

weibliche Jugend A (16+17 Jahre)

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 1:35:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.70	12:37	18:01	1	-	4	1:27	0.70	12:37	18:01	1	-	4	1:27	
Wechsel S -> R	-	3:03	-	1	-	15	1:19	0.70	15:40	22:22	1	-	6	2:46	
Schwimmen □□□	0.70	15:40	22:22	1	-	6	2:46	0.70	15:40	22:22	1	-	6	2:46	
Rad netto	20.00	54:24	2:43	1	-	24	15:24	20.70	1:10:04	3:23	1	-	20	18:10	
Wechsel R -> L	-	1:28	-	1	-	3	0:25	20.70	1:11:32	3:27	1	-	19	18:30	
Rad □□□	20.00	55:52	2:47	1	-	24	15:44	20.70	1:11:32	3:27	1	-	19	18:30	
Lauf	5.00	24:16	4:51	1	-	12	4:53	25.70	1:35:48	3:43	1	-	16	23:23	