



8. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 13.06.2015

□□□□

Humme, Mark

□□□: 2:41:10

□□: Vereinslos

□□: 319

□□: 55.40 km

Olympische Distanz (1,40-44,00-10,00)

□□□□□/□□□: 11 (of 87)

□□□□□/□: 11 (of 74)

□□□□□□: 2:25:03

□□□□:

AK4 männlich (35-39 Jahre)

□□□□□: 3(of 7)

□□□□□□□: 2:34:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.40	24:27	17:27	2	1:29	12	9:29	1.40	24:27	17:27	2	1:29	12	9:29	
Wechsel S -> R	-	2:58	-	2	0:11	18	1:00	1.40	27:25	19:35	2	1:40	12	3:29	
Schwimmen □□□	1.40	27:25	19:35	2	1:40	12	3:29	1.40	27:25	19:35	2	1:40	12	3:29	
Rad netto	44.00	1:26:48	1:58	4	1:26:44	21	1:26:46	45.40	1:54:13	2:30	4	1:08:00	15	1:28:38	
Wechsel R -> L	-	2:10	-	2	0:03	20	0:44	45.40	1:56:23	2:33	3	2:11	13	10:11	
Rad □□□	44.00	1:28:58	2:01	3	4:05	17	7:45	45.40	1:56:23	2:33	3	2:11	13	10:11	
Lauf	10.00	44:47	4:28	5	5:14	11	5:56	55.40	2:41:10	2:54	3	7:04	11	16:07	