



# 8. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 13.06.2015

□□□□

**Kemper, Christoph**

□□□: 2:42:00

□□: Tri Sport Menden (VFL Platte Heide)

□□: 382

□□: 55.40 km

□□□□□/□□□: 12 (of 87)

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

□□□□□/□: 12 (of 74)

□□□□□□: 2:25:03

□□□□:

□□□□□: 2(of 5)

Senioren 1 (40-44 Jahre)

□□□□□□□: 2:40:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.40	26:35	18:59	1	-	24	11:37	1.40	26:35	18:59	1	-	24	11:37
Wechsel S -> R	-	4:09	-	4	1:34	49	2:11	1.40	30:44	21:57	3	0:49	27	6:48
Schwimmen □□□	1.40	30:44	21:57	3	0:49	27	6:48	1.40	30:44	21:57	3	0:49	27	6:48
Rad netto	44.00	1:21:45	1:51	1	-	8	1:21:43	45.40	1:52:29	2:28	1	-	13	1:26:54
Wechsel R -> L	-	2:59	-	4	0:53	58	1:33	45.40	1:55:28	2:32	2	0:53	11	9:16
Rad □□□	44.00	1:24:44	1:55	2	0:04	7	3:31	45.40	1:55:28	2:32	2	0:53	11	9:16
Lauf	10.00	46:32	4:39	3	0:41	22	7:41	55.40	2:42:00	2:55	2	1:34	12	16:57