



8. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 13.06.2015

□□□□

AEGPS Team4

□□□: 1:44:03

□□: AEGPS Team4

□□: 44

□□: 25.70 km

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

□□□□□/□□□: 16 (of 19)

□□□□□/□□□: 16 (of 19)

□□□□□□: 1:08:33

□□□□:

□□□□□: 16(of 19)

Staffel

□□□□□□: 1:08:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.70	13:09	18:47	7	3:58	7	3:58	0.70	13:09	18:47	7	3:58	7	3:58
Wechsel S -> R	-	2:00	-	17	0:28	17	0:28	0.70	15:09	21:38	8	4:16	8	4:16
Schwimmen □□□	0.70	15:09	21:38	8	4:16	8	4:16	0.70	15:09	21:38	8	4:16	8	4:16
Rad netto	20.00	57:42	2:53	17	23:29	17	23:29	20.70	1:12:51	3:31	17	23:54	17	23:54
Wechsel R -> L	-	2:05	-	19	0:56	19	0:56	20.70	1:14:56	3:37	17	24:35	17	24:35
Rad □□□	20.00	59:47	2:59	17	24:11	17	24:11	20.70	1:14:56	3:37	17	24:35	17	24:35
Lauf	5.00	29:07	5:49	17	11:50	17	11:50	25.70	1:44:03	4:02	17	35:30	17	35:30