



8. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 13.06.2015

□□□□

Fischer, Bernard

□□□: 1:48:52

□□: Tri-As Hamm

□□: 194

□□: 25.70 km

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

□□□□□/□□□: 105 (of 113)

□□□□□/□: 81 (of 87)

□□□□□□: 1:03:55

□□□□:

Senioren 5 (60-64 Jahre)

□□□□□: 6(of 6)

□□□□□□□: 1:17:28

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|---------|-------|---------|---------|---------|---------|
| Schwimmen nett | 0.70 | 21:37 | 30:52 | 6 | 8:37 | 82 | 12:19 | 0.70 | 21:37 | 30:52 | 6 | 8:37 | 82 | 12:19 |
| Wechsel S -> R | - | 4:23 | - | 6 | 2:14 | 79 | 2:50 | 0.70 | 26:00 | 37:08 | 6 | 10:51 | 85 | 15:04 |
| Schwimmen □□□ | 0.70 | 26:00 | 37:08 | 6 | 10:51 | 85 | 15:04 | 0.70 | 26:00 | 37:08 | 6 | 10:51 | 85 | 15:04 |
| Rad netto | 20.00 | 49:58 | 2:29 | 5 | 11:03 | 79 | 16:11 | 20.70 | 1:15:58 | 3:40 | 6 | 21:54 | 82 | 31:14 |
| Wechsel R -> L | - | 2:54 | - | 6 | 1:17 | 78 | 1:51 | 20.70 | 1:18:52 | 3:48 | 6 | 23:10 | 83 | 32:57 |
| Rad □□□ | 20.00 | 52:52 | 2:38 | 6 | 12:19 | 80 | 17:54 | 20.70 | 1:18:52 | 3:48 | 6 | 23:10 | 83 | 32:57 |
| Lauf | 5.00 | 30:00 | 6:00 | 5 | 8:14 | 80 | 12:32 | 25.70 | 1:48:52 | 4:14 | 6 | 31:24 | 81 | 44:57 |