



8. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 13.06.2015

□□□□

Hoffmann, Michael-Peter

□□□: 1:50:11

□□: Team B Brölio

□□: 178

□□: 25.70 km

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

□□□□□/□□□: 106 (of 113)

□□□□□/□: 82 (of 87)

□□□□□□: 1:03:55

□□□□:

Senioren 4 (55-59 Jahre)

□□□□□: 4(of 4)

□□□□□□□: 1:25:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.70	17:57	25:38	2	2:53	64	8:39	0.70	17:57	25:38	2	2:53	64	8:39	
Wechsel S -> R	-	3:12	-	4	0:43	51	1:39	0.70	21:09	30:12	4	3:07	61	10:13	
Schwimmen □□□	0.70	21:09	30:12	4	3:07	61	10:13	0.70	21:09	30:12	4	3:07	61	10:13	
Rad netto	20.00	54:07	2:42	4	13:32	83	20:20	20.70	1:15:16	3:38	4	14:00	81	30:32	
Wechsel R -> L	-	2:51	-	4	1:22	77	1:48	20.70	1:18:07	3:46	4	15:06	81	32:12	
Rad □□□	20.00	56:58	2:50	4	14:38	83	22:00	20.70	1:18:07	3:46	4	15:06	81	32:12	
Lauf	5.00	32:04	6:24	4	9:30	82	14:36	25.70	1:50:11	4:17	4	24:36	82	46:16	