



8. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 13.06.2015

□□□□

Pelikan, Max

□□□: 2:51:45

□□: -

□□: 392

□□: 55.40 km

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

□□□□□/□□□: 28 (of 87)

□□□□□/□: 28 (of 74)

□□□□□□: 2:25:03

□□□□:

AK3 männlich (30-34 Jahre)

□□□□□: 2(of 5)

□□□□□□□: 2:47:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.40	26:32	18:57	2	0:44	22	11:34	1.40	26:32	18:57	2	0:44	22	11:34
Wechsel S -> R	-	4:40	-	4	0:48	58	2:42	1.40	31:12	22:17	2	0:07	32	7:16
Schwimmen □□□	1.40	31:12	22:17	2	0:07	32	7:16	1.40	31:12	22:17	2	0:07	32	7:16
Rad netto	44.00	1:30:06	2:02	2	4:11	32	1:30:04	45.40	2:01:18	2:40	2	0:58	31	1:35:43
Wechsel R -> L	-	2:37	-	3	0:26	45	1:11	45.40	2:03:55	2:43	2	1:24	30	17:43
Rad □□□	44.00	1:32:43	2:06	2	4:37	30	11:30	45.40	2:03:55	2:43	2	1:24	30	17:43
Lauf	10.00	47:50	4:46	2	2:22	28	8:59	55.40	2:51:45	3:06	2	3:46	28	26:42