



# 8. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 13.06.2015

□□□□

Trunz, Tobias

□□□: 1:13:14

□□: Dr. Hanakam Racing

□□: 121

□□: 25.70 km

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

□□□□□/□□□: 12 (of 113)

□□□□□/□: 11 (of 87)

□□□□□□: 1:03:55

□□□□:

AK4 männlich (35-39 Jahre)

□□□□□: 1(of 6)

□□□□□□□: 1:13:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.70	11:23	16:15	1	-	6	2:05	0.70	11:23	16:15	1	-	6	2:05	
Wechsel S -> R	-	1:50	-	1	-	7	0:17	0.70	13:13	18:52	1	-	6	2:17	
Schwimmen □□□	0.70	13:13	18:52	1	-	6	2:17	0.70	13:13	18:52	1	-	6	2:17	
Rad netto	20.00	36:23	1:49	1	-	14	2:36	20.70	49:36	2:23	1	-	9	4:52	
Wechsel R -> L	-	1:24	-	1	-	13	0:21	20.70	51:00	2:27	1	-	9	5:05	
Rad □□□	20.00	37:47	1:53	1	-	12	2:49	20.70	51:00	2:27	1	-	9	5:05	
Lauf	5.00	22:14	4:26	3	2:25	30	4:46	25.70	1:13:14	2:50	1	-	11	9:19	