



8. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 13.06.2015

□□□□

AEG PS Team2

□□□: 1:18:58

□□: AEG PS Team2

□□: 42

□□: 25.70 km

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

□□□□□/□□□: 9 (of 19)

□□□□□/□□□: 9 (of 19)

□□□□□□: 1:08:33

□□□□:

□□□□□: 9(of 19)

Staffel

□□□□□□: 1:08:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□	□□ □□	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□	□□ □□
Schwimmen nett	0.70	9:11	13:07	1	-	1	-	0.70	9:11	13:07	1	-	1	-	
Wechsel S -> R	-	1:42	-	8	0:10	8	0:10	0.70	10:53	15:32	1	-	1	-	
Schwimmen □□□	0.70	10:53	15:32	1	-	1	-	0.70	10:53	15:32	1	-	1	-	
Rad netto	20.00	43:41	2:11	11	9:28	11	9:28	20.70	54:34	2:38	8	5:37	8	5:37	
Wechsel R -> L	-	1:44	-	13	0:35	13	0:35	20.70	56:18	2:43	10	5:57	10	5:57	
Rad □□□	20.00	45:25	2:16	11	9:49	11	9:49	20.70	56:18	2:43	10	5:57	10	5:57	
Lauf	5.00	22:40	4:31	11	5:23	11	5:23	25.70	1:18:58	3:04	10	10:25	10	10:25	