



# 8. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 13.06.2015

□□□□

Hermes, Paul

□□□: 10:26

□□: TriFun Hennesee

□□: 18

□□: 1.94 km

□□□□□/□□□: 8 (of 15)

Kindertriathlon (0,04-1,50-0,40)

□□□□□/□: 4 (of 7)

□□□□□□: 8:42

□□□□:

□□□□□: 1(of 3)

männliche Schüler C (8+9 Jahre)

□□□□□□□: 10:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.04	1:24	35:00	3	0:31	7	0:47	0.04	1:24	35:00	3	0:31	7	0:47
Wechsel S -> R	-	2:07	-	1	-	1	-	0.04	3:31	87:54	1	-	4	0:42
Schwimmen □□□	0.04	3:31	87:54	1	-	4	0:42	0.04	3:31	87:54	1	-	4	0:42
Rad netto	1.50	3:51	2:34	3	0:38	6	3:49	1.54	7:22	4:47	1	-	5	4:31
Wechsel R -> L	-	1:06	-	1	-	1	-	1.54	8:28	5:29	1	-	4	1:45
Rad □□□	1.50	4:57	3:18	3	0:36	6	1:03	1.54	8:28	5:29	1	-	4	1:45
Lauf	0.40	1:58	4:54	1	-	1	-	1.94	10:26	5:22	1	-	4	1:44