



# 8. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 13.06.2015

□□□□

Fey, Tilman

□□□: 1:22:19

□□: kein

□□: 233

□□: 25.70 km

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

□□□□□/□□□: 37 (of 113)

□□□□□/□: 33 (of 87)

□□□□□□: 1:03:55

□□□□:

Senioren 3 (50-54 Jahre)

□□□□□: 6(of 15)

□□□□□□□: 1:10:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.70	15:44	22:28	10	4:02	46	6:26	0.70	15:44	22:28	10	4:02	46	6:26
Wechsel S -> R	-	3:18	-	9	1:04	60	1:45	0.70	19:02	27:11	9	4:38	43	8:06
Schwimmen □□□	0.70	19:02	27:11	9	4:38	43	8:06	0.70	19:02	27:11	9	4:38	43	8:06
Rad netto	20.00	38:39	1:55	5	4:20	24	4:52	20.70	57:41	2:47	5	8:27	30	12:57
Wechsel R -> L	-	2:07	-	10	0:44	59	1:04	20.70	59:48	2:53	6	9:11	31	13:53
Rad □□□	20.00	40:46	2:02	6	5:04	26	5:48	20.70	59:48	2:53	6	9:11	31	13:53
Lauf	5.00	22:31	4:30	5	3:04	38	5:03	25.70	1:22:19	3:12	6	12:15	33	18:24