



8. ITH Hennessee Triathlon

Meschede / 13.06.2015

□□□□

Drewell, Celina

□□□: 1:24:00

□□: DLRG Aachen

□□: 181

□□: 25.70 km

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

□□□□□/□□□: 40 (of 113)

□□□□□/□: 5 (of 26)

□□□□□□: 1:12:25

□□□□:

AK2 weiblich (25-29 Jahre)

□□□□□: 2(of 5)

□□□□□□□: 1:21:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.70	13:21	19:04	2	0:16	8	2:11	0.70	13:21	19:04	2	0:16	8	2:11
Wechsel S -> R	-	2:43	-	3	0:25	8	0:59	0.70	16:04	22:57	2	0:41	8	3:10
Schwimmen □□□	0.70	16:04	22:57	2	0:41	8	3:10	0.70	16:04	22:57	2	0:41	8	3:10
Rad netto	20.00	42:19	2:06	2	0:05	8	3:19	20.70	58:23	2:49	2	0:46	5	6:29
Wechsel R -> L	-	2:21	-	4	1:18	18	1:18	20.70	1:00:44	2:56	2	1:39	5	7:42
Rad □□□	20.00	44:40	2:14	3	0:58	9	4:32	20.70	1:00:44	2:56	2	1:39	5	7:42
Lauf	5.00	23:16	4:39	3	0:40	8	3:53	25.70	1:24:00	3:16	2	2:19	5	11:35