



30. stz-Werratal-Triathlon

Naherholungszentrum Immelborn / 26.07.2015

□□□□

Ammarell, Ricardo

□□□: 57:57

□□: HSV Weimar Triathlon

□□: 1104

□□: 27.45 km

□□□□□/□□□: 1 (of 88)

Jedermann-Triathlon 0,45-22,0-5,0

□□□□□/□: 1 (of 73)

□□□□□□: 57:57

□□□□:

□□□□□: 1(of 2)

Jugend männlich (16-19 Jahre)

□□□□□□□: 57:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.45	5:59	13:17	1	-	1	-	0.45	5:59	13:17	1	-	1	-
Wechsel S -> R	0.05	0:33	11:00	1	-	1	-	0.50	6:32	13:03	1	-	1	-
Schwimmen □□□	0.50	6:32	13:03	1	-	1	-	0.50	6:32	13:03	1	-	1	-
Rad netto	22.00	33:33	1:31	1	-	1	-	22.50	40:05	1:46	1	-	1	-
Wechsel R -> L	0.05	0:29	9:39	1	-	1	-	22.55	40:34	1:47	1	-	1	-
Rad □□□	22.05	34:02	1:32	1	-	1	-	22.55	40:34	1:47	1	-	1	-
Lauf	4.90	17:23	3:32	1	-	1	-	27.45	57:57	2:06	1	-	1	-