



30. stz-Werratal-Triathlon

Naherholungszentrum Immelborn / 26.07.2015

□□□□

Heinz, Philipp

□□□: 2:12:20

□□: LTV Erfurt

□□: 53

□□: 55.50 km

Olympische Distanz 1,5-44-10.00

□□□□□/□□□: 1 (of 67)

□□□□□/□: 1 (of 51)

□□□□□□: 2:12:20

□□□□:

TM 25-29

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 2:12:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	23:59	15:59	1	-	3	2:16	1.50	23:59	15:59	1	-	3	2:16
Wechsel S -> R	0.05	0:50	16:40	1	-	6	0:17	1.55	24:49	16:00	1	-	4	2:26
Schwimmen □□□	1.55	24:49	16:00	1	-	4	2:26	1.55	24:49	16:00	1	-	4	2:26
Rad netto	44.00	1:09:04	1:34	1	-	1	-	45.55	1:33:53	2:03	1	-	1	-
Wechsel R -> L	0.05	0:48	16:00	1	-	9	0:14	45.60	1:34:41	2:04	1	-	2	0:13
Rad □□□	44.05	1:09:52	1:35	1	-	1	-	45.60	1:34:41	2:04	1	-	2	0:13
Lauf	9.90	37:39	3:48	2	1:06	4	1:25	55.50	2:12:20	2:23	1	-	1	-