



30. stz-Werratal-Triathlon

Naherholungszentrum Immelborn / 26.07.2015

□□□□

Hochstein, Stefan

□□□: 2:17:04

□□: Triathlon Jena e.V.

□□: 75

□□: 55.50 km

□□□□□/□□□: 4 (of 67)

Olympische Distanz 1,5-44-10.00

□□□□□/□: 4 (of 51)

□□□□□□: 2:12:20

□□□□:

□□□□□: 1(of 8)

TM 30-34

□□□□□□□: 2:17:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	23:57	15:58	1	-	2	2:14	1.50	23:57	15:58	1	-	2	2:14	
Wechsel S -> R	0.05	0:41	13:39	1	-	3	0:08	1.55	24:38	15:53	1	-	3	2:15	
Schwimmen □□□	1.55	24:38	15:53	1	-	3	2:15	1.55	24:38	15:53	1	-	3	2:15	
Rad netto	44.00	1:15:25	1:42	4	3:03	15	6:21	45.55	1:40:03	2:11	2	0:11	6	6:10	
Wechsel R -> L	0.05	0:47	15:39	3	0:06	8	0:13	45.60	1:40:50	2:12	2	0:15	6	6:22	
Rad □□□	44.05	1:16:12	1:43	4	3:09	14	6:20	45.60	1:40:50	2:12	2	0:15	6	6:22	
Lauf	9.90	36:14	3:39	1	-	1	-	55.50	2:17:04	2:28	1	-	4	4:44	