



# 30. stz-Werratal-Triathlon

Naherholungszentrum Immelborn / 26.07.2015

□□□□

Unverzagt, Malte

□□□: 2:25:38

□□: Asklepios Medical Fitness

□□: 2

□□: 55.50 km

□□□□□/□□□: 13 (of 67)

Olympische Distanz 1,5-44-10.00

□□□□□/□: 13 (of 51)

□□□□□□: 2:12:20

□□□□:

□□□□□: 2(of 2)

TM 20-24

□□□□□□□: 2:15:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	28:39	19:05	2	4:38	19	6:56	1.50	28:39	19:05	2	4:38	19	6:56
Wechsel S -> R	0.05	0:55	18:19	2	0:22	12	0:22	1.55	29:34	19:04	2	5:00	17	7:11
Schwimmen □□□	1.55	29:34	19:04	2	5:00	17	7:11	1.55	29:34	19:04	2	5:00	17	7:11
Rad netto	44.00	1:17:36	1:45	2	7:58	24	8:32	45.55	1:47:10	2:21	2	12:58	17	13:17
Wechsel R -> L	0.05	0:46	15:20	2	0:05	7	0:12	45.60	1:47:56	2:22	2	13:03	16	13:28
Rad □□□	44.05	1:18:22	1:46	2	8:03	20	8:30	45.60	1:47:56	2:22	2	13:03	16	13:28
Lauf	9.90	37:42	3:48	1	-	5	1:28	55.50	2:25:38	2:37	2	9:59	13	13:18