



30. stz-Werratal-Triathlon

Naherholungszentrum Immelborn / 26.07.2015

□□□□

Timmler, Stefan

□□□: 2:26:40

□□: TEAM IRON MIND

□□: 11

□□: 55.50 km

□□□□□/□□□: 14 (of 67)

Olympische Distanz 1,5-44-10.00

□□□□□/□: 14 (of 51)

□□□□□□: 2:12:20

□□□□:

□□□□□: 4(of 8)

TM 35-39

□□□□□□□: 2:16:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	27:04	18:02	3	5:21	9	5:21	1.50	27:04	18:02	3	5:21	9	5:21
Wechsel S -> R	0.05	1:09	22:59	5	0:29	22	0:36	1.55	28:13	18:12	3	5:50	9	5:50
Schwimmen □□□	1.55	28:13	18:12	3	5:50	9	5:50	1.55	28:13	18:12	3	5:50	9	5:50
Rad netto	44.00	1:17:58	1:46	5	7:26	25	8:54	45.55	1:46:11	2:19	4	12:17	14	12:18
Wechsel R -> L	0.05	0:55	18:19	4	0:21	16	0:21	45.60	1:47:06	2:20	4	12:38	12	12:38
Rad □□□	44.05	1:18:53	1:47	5	7:30	25	9:01	45.60	1:47:06	2:20	4	12:38	12	12:38
Lauf	9.90	39:34	3:59	2	1:27	9	3:20	55.50	2:26:40	2:38	4	10:30	14	14:20