



30. stz-Werratal-Triathlon

Naherholungszentrum Immelborn / 26.07.2015

□□□□

Volk, Andreas

□□□: 2:34:59

□□: Schmalkalden

□□: 10

□□: 55.50 km

Olympische Distanz 1,5-44-10.00

□□□□□/□□□: 23 (of 67)

□□□□□/□: 23 (of 51)

□□□□□□: 2:12:20

□□□□:

TM 35-39

□□□□□: 6(of 8)

□□□□□□□: 2:16:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	30:00	20:00	5	8:17	22	8:17	1.50	30:00	20:00	5	8:17	22	8:17
Wechsel S -> R	0.05	1:16	25:19	6	0:36	26	0:43	1.55	31:16	20:10	5	8:53	22	8:53
Schwimmen □□□	1.55	31:16	20:10	5	8:53	22	8:53	1.55	31:16	20:10	5	8:53	22	8:53
Rad netto	44.00	1:16:08	1:43	4	5:36	17	7:04	45.55	1:47:24	2:21	5	13:30	18	13:31
Wechsel R -> L	0.05	1:23	27:39	7	0:49	42	0:49	45.60	1:48:47	2:23	5	14:19	20	14:19
Rad □□□	44.05	1:17:31	1:45	4	6:08	17	7:39	45.60	1:48:47	2:23	5	14:19	20	14:19
Lauf	9.90	46:12	4:40	6	8:05	34	9:58	55.50	2:34:59	2:47	6	18:49	23	22:39