



30. stz-Werratal-Triathlon

Naherholungszentrum Immelborn / 26.07.2015

□□□□

Horn, Sebastian

□□□: 2:35:42

□□: AC Apolda

□□: 5

□□: 55.50 km

Olympische Distanz 1,5-44-10.00

□□□□□/□□□: 26 (of 67)

□□□□□/□: 25 (of 51)

□□□□□□: 2:12:20

□□□□:

TM 25-29

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 2:12:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	26:54	17:56	2	2:55	8	5:11	1.50	26:54	17:56	2	2:55	8	5:11
Wechsel S -> R	0.05	1:00	20:00	2	0:10	15	0:27	1.55	27:54	18:00	2	3:05	8	5:31
Schwimmen □□□	1.55	27:54	18:00	2	3:05	8	5:31	1.55	27:54	18:00	2	3:05	8	5:31
Rad netto	44.00	1:23:24	1:53	3	14:20	33	14:20	45.55	1:51:18	2:26	3	17:25	27	17:25
Wechsel R -> L	0.05	0:56	18:39	3	0:08	18	0:22	45.60	1:52:14	2:27	3	17:33	26	17:46
Rad □□□	44.05	1:24:20	1:54	3	14:28	33	14:28	45.60	1:52:14	2:27	3	17:33	26	17:46
Lauf	9.90	43:28	4:23	3	6:55	23	7:14	55.50	2:35:42	2:48	3	23:22	25	23:22