



# 30. stz-Werratal-Triathlon

Naherholungszentrum Immelborn / 26.07.2015

□□□□

Mönch, Jürgen

□□□: 2:38:13

□□: Eschweger TSV

□□: 30

□□: 55.50 km

Olympische Distanz 1,5-44-10.00

□□□□□/□□□: 28 (of 67)

□□□□□/□: 27 (of 51)

□□□□□□: 2:12:20

□□□□:

TM 45-49, Senioren 2

□□□□□: 5(of 11)

□□□□□□□: 2:23:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	28:07	18:44	3	1:48	14	6:24	1.50	28:07	18:44	3	1:48	14	6:24
Wechsel S -> R	0.05	0:56	18:39	5	0:07	13	0:23	1.55	29:03	18:44	3	1:52	13	6:40
Schwimmen □□□	1.55	29:03	18:44	3	1:52	13	6:40	1.55	29:03	18:44	3	1:52	13	6:40
Rad netto	44.00	1:21:21	1:50	7	7:12	31	12:17	45.55	1:50:24	2:25	4	9:04	25	16:31
Wechsel R -> L	0.05	1:03	21:00	4	0:14	25	0:29	45.60	1:51:27	2:26	4	9:11	25	16:59
Rad □□□	44.05	1:22:24	1:52	7	7:19	30	12:32	45.60	1:51:27	2:26	4	9:11	25	16:59
Lauf	9.90	46:46	4:43	7	5:47	36	10:32	55.50	2:38:13	2:51	5	14:58	27	25:53