



30. stz-Werratal-Triathlon

Naherholungszentrum Immelborn / 26.07.2015

□□□□

Krause, Sarah-Alicia

□□□: 2:39:46

□□: HSV Weimar

□□: 43

□□: 55.50 km

□□□□□/□□□: 31 (of 67)

Olympische Distanz 1,5-44-10.00

□□□□□/□: 2 (of 16)

□□□□□□: 2:35:33

□□□□:

□□□□□: 2(of 4)

TW 25-29

□□□□□□□: 2:35:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	27:50	18:33	4	1:48	6	2:55	1.50	27:50	18:33	4	1:48	6	2:55
Wechsel S -> R	0.05	0:53	17:39	2	0:02	3	0:04	1.55	28:43	18:31	3	1:50	5	2:50
Schwimmen □□□	1.55	28:43	18:31	3	1:50	5	2:50	1.55	28:43	18:31	3	1:50	5	2:50
Rad netto	44.00	1:26:00	1:57	2	6:48	4	6:48	45.55	1:54:43	2:31	2	6:40	2	6:40
Wechsel R -> L	0.05	0:40	13:19	1	-	1	-	45.60	1:55:23	2:31	2	5:58	2	5:58
Rad □□□	44.05	1:26:40	1:58	2	6:06	4	6:06	45.60	1:55:23	2:31	2	5:58	2	5:58
Lauf	9.90	44:23	4:28	1	-	2	2:07	55.50	2:39:46	2:52	2	4:13	2	4:13