



30. stz-Werratal-Triathlon

Naherholungszentrum Immelborn / 26.07.2015

□□□□

Schaier, Michael

□□□: 2:42:42

□□: MT Melsungen

□□: 56

□□: 55.50 km

□□□□□/□□□: 36 (of 67)

Olympische Distanz 1,5-44-10.00

□□□□□/□: 34 (of 51)

□□□□□□: 2:12:20

□□□□:

□□□□□: 7(of 8)

TM 30-34

□□□□□□□: 2:17:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	31:54	21:15	6	7:57	35	10:11	1.50	31:54	21:15	6	7:57	35	10:11
Wechsel S -> R	0.05	1:22	27:19	6	0:41	31	0:49	1.55	33:16	21:27	6	8:38	34	10:53
Schwimmen □□□	1.55	33:16	21:27	6	8:38	34	10:53	1.55	33:16	21:27	6	8:38	34	10:53
Rad netto	44.00	1:24:06	1:54	8	11:44	35	15:02	45.55	1:57:22	2:34	6	17:30	32	23:29
Wechsel R -> L	0.05	1:29	29:40	8	0:48	46	0:55	45.60	1:58:51	2:36	6	18:16	33	24:23
Rad □□□	44.05	1:25:35	1:56	8	12:32	36	15:43	45.60	1:58:51	2:36	6	18:16	33	24:23
Lauf	9.90	43:51	4:25	7	7:37	26	7:37	55.50	2:42:42	2:55	7	25:38	34	30:22