



30. stz-Werratal-Triathlon

Naherholungszentrum Immelborn / 26.07.2015

□□□□

Reiper, Nadja

□□□: 2:46:39

□□: KS-Sportsworld

□□: 42

□□: 55.50 km

□□□□□/□□□: 43 (of 67)

Olympische Distanz 1,5-44-10.00

□□□□□/□: 6 (of 16)

□□□□□□: 2:35:33

□□□□:

□□□□□: 4(of 4)

TW 25-29

□□□□□□□: 2:35:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	26:50	17:53	2	0:48	4	1:55	1.50	26:50	17:53	2	0:48	4	1:55
Wechsel S -> R	0.05	1:13	24:19	3	0:22	6	0:24	1.55	28:03	18:05	2	1:10	4	2:10
Schwimmen □□□	1.55	28:03	18:05	2	1:10	4	2:10	1.55	28:03	18:05	2	1:10	4	2:10
Rad netto	44.00	1:28:04	2:00	3	8:52	8	8:52	45.55	1:56:07	2:32	3	8:04	5	8:04
Wechsel R -> L	0.05	1:02	20:40	3	0:22	6	0:22	45.60	1:57:09	2:34	3	7:44	5	7:44
Rad □□□	44.05	1:29:06	2:01	3	8:32	8	8:32	45.60	1:57:09	2:34	3	7:44	5	7:44
Lauf	9.90	49:30	5:00	4	5:07	7	7:14	55.50	2:46:39	3:00	4	11:06	6	11:06