



# 30. stz-Werratal-Triathlon

Naherholungszentrum Immelborn / 26.07.2015

□□□□

Stichling, Laura

□□□: 1:14:33

□□: Triathlon Friedrichroda e.V.

□□: 1049

□□: 27.45 km

□□□□□/□□□: 21 (of 88)

Jedermann-Triathlon 0,45-22,0-5,0

□□□□□/□: 1 (of 15)

□□□□□□: 1:14:33

□□□□:

□□□□□: 1(of 2)

Frauen 20-29 Jahre

□□□□□□□: 1:14:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.45	9:02	20:04	1	-	1	-	0.45	9:02	20:04	1	-	1	-
Wechsel S -> R	0.05	1:34	31:19	1	-	5	0:40	0.50	10:36	21:11	1	-	1	-
Schwimmen □□□	0.50	10:36	21:11	1	-	1	-	0.50	10:36	21:11	1	-	1	-
Rad netto	22.00	43:09	1:57	1	-	2	0:15	22.50	53:45	2:23	1	-	1	-
Wechsel R -> L	0.05	0:34	11:19	1	-	2	0:03	22.55	54:19	2:24	1	-	1	-
Rad □□□	22.05	43:43	1:58	1	-	2	0:09	22.55	54:19	2:24	1	-	1	-
Lauf	4.90	20:14	4:07	1	-	2	0:30	27.45	1:14:33	2:42	1	-	1	-