



30. stz-Werratal-Triathlon

Naherholungszentrum Immelborn / 26.07.2015

□□□□

Sülzner, Andreas

□□□: 1:20:25

□□: Eschweger TSV

□□: 1031

□□: 27.45 km

□□□□□/□□□: 48 (of 88)

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

□□□□□/□: 45 (of 73)

□□□□□□: 57:57

□□□□:

□□□□□: 16(of 26)

Männer 40-49 Jahre

□□□□□□□: 1:07:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.45	10:46	23:55	11	2:42	36	4:47	0.45	10:46	23:55	11	2:42	36	4:47
Wechsel S -> R	0.05	1:35	31:39	14	0:42	36	1:02	0.50	12:21	24:41	11	3:22	35	5:49
Schwimmen □□□	0.50	12:21	24:41	11	3:22	35	5:49	0.50	12:21	24:41	11	3:22	35	5:49
Rad netto	22.00	42:21	1:55	13	4:28	35	8:48	22.50	54:42	2:25	14	6:31	37	14:37
Wechsel R -> L	0.05	1:09	22:59	15	0:31	49	0:40	22.55	55:51	2:28	13	6:58	38	15:17
Rad □□□	22.05	43:30	1:58	14	4:38	38	9:28	22.55	55:51	2:28	13	6:58	38	15:17
Lauf	4.90	24:34	5:00	18	5:46	59	7:11	27.45	1:20:25	2:55	16	12:34	45	22:28