



30. stz-Werratal-Triathlon

Naherholungszentrum Immelborn / 26.07.2015

□□□□

Bätzel, Ina

□□□: 1:20:48

□□: Dietlaf

□□: 1081

□□: 27.45 km

□□□□□/□□□: 51 (of 88)

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

□□□□□/□: 4 (of 15)

□□□□□□: 1:14:33

□□□□:

□□□□□: 2(of 4)

Frauen 40-49 Jahre

□□□□□□□: 1:17:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.45	10:54	24:13	2	0:52	4	1:52	0.45	10:54	24:13	2	0:52	4	1:52
Wechsel S -> R	0.05	1:26	28:39	1	-	3	0:32	0.50	12:20	24:40	2	0:44	4	1:44
Schwimmen □□□	0.50	12:20	24:40	2	0:44	4	1:44	0.50	12:20	24:40	2	0:44	4	1:44
Rad netto	22.00	43:20	1:58	1	-	3	0:26	22.50	55:40	2:28	2	0:37	4	1:55
Wechsel R -> L	0.05	1:23	27:39	4	0:52	13	0:52	22.55	57:03	2:31	2	1:29	4	2:44
Rad □□□	22.05	44:43	2:01	2	0:45	4	1:09	22.55	57:03	2:31	2	1:29	4	2:44
Lauf	4.90	23:45	4:50	2	2:12	5	4:01	27.45	1:20:48	2:56	2	3:41	4	6:15