



30. stz-Werratal-Triathlon

Naherholungszentrum Immelborn / 26.07.2015

□□□□

Behning, Doris

□□□: 1:28:40

□□: Saalfelder LV

□□: 1063

□□: 27.45 km

□□□□□/□□□: 73 (of 88)

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

□□□□□/□: 8 (of 15)

□□□□□□: 1:14:33

□□□□:

□□□□□: 1(of 2)

Frauen 50-59 Jahre

□□□□□□□: 1:28:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.45	11:17	25:04	1	-	6	2:15	0.45	11:17	25:04	1	-	6	2:15
Wechsel S -> R	0.05	1:56	38:39	1	-	10	1:02	0.50	13:13	26:26	1	-	10	2:37
Schwimmen □□□	0.50	13:13	26:26	1	-	10	2:37	0.50	13:13	26:26	1	-	10	2:37
Rad netto	22.00	49:10	2:14	1	-	9	6:16	22.50	1:02:23	2:46	1	-	10	8:38
Wechsel R -> L	0.05	0:37	12:20	1	-	3	0:06	22.55	1:03:00	2:47	1	-	9	8:41
Rad □□□	22.05	49:47	2:15	1	-	9	6:13	22.55	1:03:00	2:47	1	-	9	8:41
Lauf	4.90	25:40	5:14	1	-	9	5:56	27.45	1:28:40	3:13	1	-	8	14:07