



# 30. stz-Werratal-Triathlon

Naherholungszentrum Immelborn / 26.07.2015

□□□□

Eckert, Olaf

□□□: 1:31:44

□□: VV Werratal

□□: 1023

□□: 27.45 km

□□□□□/□□□: 76 (of 88)

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

□□□□□/□: 66 (of 73)

□□□□□□: 57:57

□□□□:

□□□□□: 23(of 26)

Männer 40-49 Jahre

□□□□□□□: 1:07:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.45	12:50	28:31	22	4:46	63	6:51	0.45	12:50	28:31	22	4:46	63	6:51
Wechsel S -> R	0.05	2:14	44:39	21	1:21	61	1:41	0.50	15:04	30:07	23	6:05	64	8:32
Schwimmen □□□	0.50	15:04	30:07	23	6:05	64	8:32	0.50	15:04	30:07	23	6:05	64	8:32
Rad netto	22.00	49:00	2:13	23	11:07	67	15:27	22.50	1:04:04	2:50	23	15:53	67	23:59
Wechsel R -> L	0.05	1:22	27:19	18	0:44	59	0:53	22.55	1:05:26	2:54	23	16:33	67	24:52
Rad □□□	22.05	50:22	2:17	23	11:30	67	16:20	22.55	1:05:26	2:54	23	16:33	67	24:52
Lauf	4.90	26:18	5:22	24	7:30	67	8:55	27.45	1:31:44	3:20	23	23:53	66	33:47