



30. stz-Werratal-Triathlon

Naherholungszentrum Immelborn / 26.07.2015

□□□□

Eulenstein, Frank

□□□: 1:44:18

□□: 1089

□□: 27.45 km

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

□□□□□/□□□: 88 (of 88)

□□□□□/□: 72 (of 73)

□□□□□□: 57:57

□□□□:

Männer 40-49 Jahre

□□□□□: 26(of 26)

□□□□□□□: 1:07:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.45	14:09	31:26	26	6:05	71	8:10	0.45	14:09	31:26	26	6:05	71	8:10
Wechsel S -> R	0.05	3:03	60:59	26	2:10	72	2:30	0.50	17:12	34:23	26	8:13	72	10:40
Schwimmen □□□	0.50	17:12	34:23	26	8:13	72	10:40	0.50	17:12	34:23	26	8:13	72	10:40
Rad netto	22.00	58:07	2:38	26	20:14	71	24:34	22.50	1:15:19	3:20	26	27:08	72	35:14
Wechsel R -> L	0.05	1:23	27:39	20	0:45	61	0:54	22.55	1:16:42	3:24	26	27:49	73	36:08
Rad □□□	22.05	59:30	2:41	26	20:38	73	25:28	22.55	1:16:42	3:24	26	27:49	73	36:08
Lauf	4.90	27:36	5:37	26	8:48	71	10:13	27.45	1:44:18	3:47	26	36:27	72	46:21