



Carboo4U Weser Hammer Triathlon Bodenfelde 2016 plus Staffelttriathlon

Bodenfelde / 10.09.2016

0000

Groschwitz, Mathias

000: 1:53:34

00: Jedes Training zählt

00: 614

00: 33.50 km

Carboo4u Triathlon Challenge

00000/000: 61 (of 67)

00000/0: 52 (of 54)

000000: 1:12:01

0000:

AK 4 TM Jg. 35

00000: 7(of 7)

0000000: 1:12:01

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Schwimmen nett	0.50	12:41	25:22	6	5:19	49	5:30	0.50	12:41	25:22	6	5:19	50	5:30
Wechsel S -> R	-	2:34	-	7	1:41	50	1:50	0.50	15:15	30:30	7	6:38	53	7:12
Schwimmen 000	0.50	15:15	30:30	7	6:38	53	7:12	0.50	15:15	30:30	7	6:38	53	7:12
Rad netto	28.00	1:07:58	2:25	7	22:57	52	22:57	28.50	1:23:13	2:55	7	29:35	52	29:35
Wechsel R -> L	-	1:32	-	7	1:01	49	1:02	28.50	1:24:45	2:58	7	30:36	52	30:36
Radfahren 000	28.00	1:09:30	2:28	7	23:58	52	23:58	28.50	1:24:45	2:58	7	30:36	52	30:36
Lauf	5.00	28:49	5:45	7	10:57	47	10:57	33.50	1:53:34	3:23	7	41:33	52	41:33