



Carboo4U Weser Hammer Triathlon Bodenfelde 2016 plus Staffeltriathlon

Bodenfelde / 10.09.2016

□□□□

Eichner, Anna

□□□: 1:53:34

□□: Jedes Training zählt

□□: 607

□□: 33.50 km

□□□□□/□□□: 60 (of 67)

Carboo4u Triathlon Challenge

□□□□□/□: 9 (of 13)

□□□□□□: 1:28:42

□□□□:

□□□□□: 2(of 3)

AK 2 TW Jg. 25

□□□□□□□: 1:50:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:40	25:19	2	1:14	11	2:29	0.50	12:40	25:19	4	1:14	11	2:29	
Wechsel S -> R	-	2:37	-	3	1:07	12	1:16	0.50	15:17	30:33	4	2:21	11	3:39	
Schwimmen □□□	0.50	15:17	30:33	4	2:21	11	3:39	0.50	15:17	30:33	4	2:21	11	3:39	
Rad netto	28.00	1:07:59	2:25	2	0:20	9	14:40	28.50	1:23:16	2:55	4	2:41	14	18:09	
Wechsel R -> L	-	1:29	-	3	0:53	11	0:53	28.50	1:24:45	2:58	4	3:14	14	18:30	
Radfahren □□□	28.00	1:09:28	2:28	2	0:53	9	15:01	28.50	1:24:45	2:58	4	3:14	14	18:30	
Lauf	5.00	28:49	5:45	1	-	7	6:22	33.50	1:53:34	3:23	2	3:01	9	24:52	