



Carboo4U Weser Hammer Triathlon Bodenfelde 2016 plus Staffelttriathlon

Bodenfelde / 10.09.2016

□□□□

Geismar Süd

□□□: 1:23:04

□□: Geismar Süd

□□: 684

□□: 33.50 km

□□□□□/□□□: 2 (of 8)

Carboo4u Triathlon Challenge Staffel

□□□□□/□: 1 (of 4)

□□□□□□: 1:23:04

□□□□:

□□□□□: 1(of 4)

Männerstaffel

□□□□□□□: 1:23:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:08	20:15	3	2:07	3	2:07	0.50	10:08	20:15	3	2:07	3	2:07	
Wechsel S -> R	-	0:30	-	2	0:01	2	0:01	0.50	10:38	21:15	3	2:08	3	2:08	
Schwimmen □□□	0.50	10:38	21:15	3	2:08	3	2:08	0.50	10:38	21:15	3	2:08	3	2:08	
Rad netto	28.00	51:56	1:51	1	-	1	-	28.50	1:02:34	2:11	1	-	1	-	
Wechsel R -> L	-	0:29	-	1	-	1	-	28.50	1:03:03	2:12	1	-	1	-	
Radfahren □□□	28.00	52:25	1:52	1	-	1	-	28.50	1:03:03	2:12	1	-	1	-	
Lauf	5.00	20:01	4:00	1	-	1	-	33.50	1:23:04	2:28	1	-	1	-	