



# Carboo4U Weser Hammer Triathlon Bodenfelde 2016 plus Staffeltriathlon

Bodenfelde / 10.09.2016

□□□□

Terra, Imke

□□□: 1:50:33

□□: Bremke

□□: 673

□□: 33.50 km

Carboo4u Triathlon Challenge

□□□□□/□□□: 56 (of 67)

□□□□□/□: 7 (of 13)

□□□□□□: 1:28:42

□□□□:

AK 2 TW Jg. 25

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 1:50:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	11:26	22:52	1	-	6	1:15	0.50	11:26	22:52	1	-	14	1:15	
Wechsel S -> R	-	1:30	-	1	-	5	0:09	0.50	12:56	25:52	1	-	14	1:18	
Schwimmen □□□	0.50	12:56	25:52	1	-	14	1:18	0.50	12:56	25:52	1	-	14	1:18	
Rad netto	28.00	1:07:39	2:24	1	-	8	14:20	28.50	1:20:35	2:49	1	-	8	15:28	
Wechsel R -> L	-	0:56	-	2	0:20	4	0:20	28.50	1:21:31	2:51	1	-	7	15:16	
Radfahren □□□	28.00	1:08:35	2:26	1	-	8	14:08	28.50	1:21:31	2:51	1	-	7	15:16	
Lauf	5.00	29:02	5:48	2	0:13	8	6:35	33.50	1:50:33	3:17	1	-	7	21:51	