



Carboo4U Weser Hammer Triathlon Bodenfelde 2016 plus Staffeltriathlon

Bodenfelde / 10.09.2016

□□□□

Fürle, Fabian

□□□: 1:29:35

□□: TWG 1861 Triathlon

□□: 611

□□: 33.50 km

Carboo4u Triathlon Challenge

□□□□□/□□□: 15 (of 67)

□□□□□/□: 14 (of 54)

□□□□□□: 1:12:01

□□□□:

AK 4 TM Jg. 35

□□□□□: 3(of 7)

□□□□□□□: 1:12:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	8:34	17:07	2	1:12	9	1:23	0.50	8:34	17:07	2	1:12	9	1:23
Wechsel S -> R	-	1:13	-	3	0:20	18	0:29	0.50	9:47	19:33	2	1:10	9	1:44
Schwimmen □□□	0.50	9:47	19:33	2	1:10	9	1:44	0.50	9:47	19:33	2	1:10	9	1:44
Rad netto	28.00	54:09	1:56	4	9:08	19	9:08	28.50	1:03:56	2:14	3	10:18	14	10:18
Wechsel R -> L	-	0:45	-	4	0:14	18	0:15	28.50	1:04:41	2:16	3	10:32	14	10:32
Radfahren □□□	28.00	54:54	1:57	4	9:22	18	9:22	28.50	1:04:41	2:16	3	10:32	14	10:32
Lauf	5.00	24:54	4:58	5	7:02	29	7:02	33.50	1:29:35	2:40	3	17:34	14	17:34