



9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

□□□□

Perlick, Robin

□□□: 1:34:45

□□: Werdohl

□□: 175

□□: 25.70 km

Volksdistanz (0,70-20,00-5,00)

□□□□□/□□□: 61 (of 109)

□□□□□/□: 50 (of 83)

□□□□□□: 1:09:12

□□□□:

AK2 männlich (25-29 Jahre)

□□□□□: 6(of 9)

□□□□□□□: 1:12:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.70	18:16	26:05	6	7:39	49	7:39	0.70	18:16	26:05	6	7:39	50	18:16
Wechsel S -> R	-	3:10	-	7	1:27	37	1:27	0.70	21:26	30:37	6	8:46	50	21:26
Schwimmen □□□	0.70	21:26	30:37	6	8:46	50	21:26	0.70	21:26	30:37	6	8:46	50	21:26
Rad netto	20.00	44:49	2:14	5	7:23	43	10:51	20.70	1:06:15	3:12	6	16:09	45	17:02
Wechsel R -> L	-	1:40	-	6	0:19	25	0:39	20.70	1:07:55	3:16	6	16:27	45	17:25
Rad □□□	20.00	46:29	2:19	6	7:41	43	11:14	20.70	1:07:55	3:16	6	16:27	45	17:25
Lauf	5.00	26:50	5:21	7	6:42	62	9:20	25.70	1:34:45	3:41	6	22:10	50	25:33