



9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

□□□□

Agapov, Konstantin

□□□: 1:36:52

□□: Meschede

□□: 157

□□: 25.70 km

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

□□□□□/□□□: 67 (of 109)

□□□□□/□: 54 (of 83)

□□□□□□: 1:09:12

□□□□:

AK2 männlich (25-29 Jahre)

□□□□□: 7(of 9)

□□□□□□□: 1:12:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.70	18:50	26:54	7	8:13	60	8:13	0.70	18:50	26:54	7	8:13	61	18:50
Wechsel S -> R	-	2:59	-	5	1:16	30	1:16	0.70	21:49	31:10	7	9:09	51	21:49
Schwimmen □□□	0.70	21:49	31:10	7	9:09	51	21:49	0.70	21:49	31:10	7	9:09	51	21:49
Rad netto	20.00	47:30	2:22	8	10:04	59	13:32	20.70	1:09:19	3:20	7	19:13	57	20:06
Wechsel R -> L	-	1:42	-	7	0:21	26	0:41	20.70	1:11:01	3:25	7	19:33	55	20:31
Rad □□□	20.00	49:12	2:27	7	10:24	57	13:57	20.70	1:11:01	3:25	7	19:33	55	20:31
Lauf	5.00	25:51	5:10	6	5:43	57	8:21	25.70	1:36:52	3:46	7	24:17	54	27:40