



# 9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

□□□□

ten Doornkaat Koolman, Nils

□□□: 46:29

□□: TUS Victoria Rietberg

□□: 2

□□: 6.24 km

□□□□□/□□□: 13 (of 30)

Kindertriathlon (0,04-6,00-0,20)

□□□□□/□: 7 (of 12)

□□□□□□: 30:46

□□□□:

□□□□□: 1(of 3)

männliche Schüler C (8+9 Jahre)

□□□□□□: 46:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.04	1:59	49:35	1	-	4	0:55	0.04	1:59	49:35	1	-	4	0:55
Wechsel S -> R	-	2:43	-	1	-	8	1:08	0.04	4:42	117:30	1	-	6	2:03
Schwimmen □□□	0.04	4:42	117:30	1	-	6	2:03	0.04	4:42	117:30	1	-	6	2:03
Rad netto	6.00	38:18	6:22	1	-	7	12:31	6.04	43:00	7:07	1	-	7	14:34
Wechsel R -> L	-	1:36	-	1	-	7	0:25	6.04	44:36	7:23	1	-	7	13:55
Rad □□□	6.00	39:54	6:38	1	-	7	11:52	6.04	44:36	7:23	1	-	7	13:55
Lauf	0.20	1:53	9:24	3	0:17	10	1:48	6.24	46:29	7:26	1	-	7	15:43