



# 9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

□□□□

Schenker, Emeli

□□□: 46:45

□□: SC Hellweg Werl

□□: 20

□□: 6.24 km

□□□□□/□□□: 14 (of 30)

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

□□□□□/□: 7 (of 18)

□□□□□□: 31:25

□□□□:

□□□□□: 4(of 6)

weibliche Schüler A (12+13 Jahre)

□□□□□□□: 44:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.04	1:40	41:39	2	0:03	2	0:03	0.04	1:40	41:39	2	0:03	2	0:03
Wechsel S -> R	-	2:37	-	3	0:17	7	0:17	0.04	4:17	107:04	2	0:06	3	0:06
Schwimmen □□□	0.04	4:17	107:04	2	0:06	3	0:06	0.04	4:17	107:04	2	0:06	3	0:06
Rad netto	6.00	39:21	6:33	4	2:11	8	15:07	6.04	43:38	7:13	4	2:16	8	15:10
Wechsel R -> L	-	1:25	-	4	0:13	7	0:13	6.04	45:03	7:27	4	2:29	7	13:43
Rad □□□	6.00	40:46	6:47	4	2:23	8	13:40	6.04	45:03	7:27	4	2:29	7	13:43
Lauf	0.20	1:42	8:30	4	0:14	11	1:37	6.24	46:45	7:29	4	2:43	7	15:20