



# 9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

□□□□

Möller, Klaus

□□□: 1:52:56

□□: LT Mönz

□□: 122

□□: 25.70 km

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

□□□□□/□□□: 99 (of 109)

□□□□□/□: 75 (of 83)

□□□□□□: 1:09:12

□□□□:

Senioren 3 (50-54 Jahre)

□□□□□: 19(of 20)

□□□□□□□: 1:10:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.70	21:56	31:20	19	8:53	79	11:19	0.70	21:56	31:20	19	8:53	80	21:56
Wechsel S -> R	-	5:29	-	19	3:17	71	3:46	0.70	27:25	39:10	20	12:10	81	27:25
Schwimmen □□□	0.70	27:25	39:10	20	12:10	81	27:25	0.70	27:25	39:10	20	12:10	81	27:25
Rad netto	20.00	50:55	2:32	19	16:57	71	16:57	20.70	1:18:20	3:47	19	29:07	75	29:07
Wechsel R -> L	-	3:33	-	20	2:16	78	2:32	20.70	1:21:53	3:57	19	31:23	75	31:23
Rad □□□	20.00	54:28	2:43	19	19:13	73	19:13	20.70	1:21:53	3:57	19	31:23	75	31:23
Lauf	5.00	31:03	6:12	18	11:14	79	13:33	25.70	1:52:56	4:23	19	42:37	75	43:44