



# 9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

□□□□

Repschläger, Julia

□□□: 1:54:53

□□: Skiklub Düsseldorf

□□: 223

□□: 25.70 km

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

□□□□□/□□□: 101 (of 109)

□□□□□/□: 25 (of 26)

□□□□□□: 1:24:45

□□□□:

AK1 weiblich (20-24 Jahre)

□□□□□: 2(of 2)

□□□□□□□: 1:27:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.70	20:45	29:38	2	6:25	23	7:20	0.70	20:45	29:38	2	6:25	23	7:20	
Wechsel S -> R	-	4:58	-	2	1:39	24	2:49	0.70	25:43	36:44	2	8:04	24	9:16	
Schwimmen □□□	0.70	25:43	36:44	2	8:04	24	9:16	0.70	25:43	36:44	2	8:04	24	9:16	
Rad netto	20.00	54:43	2:44	2	11:10	24	11:10	20.70	1:20:26	3:53	2	19:14	25	20:13	
Wechsel R -> L	-	2:09	-	1	-	14	0:48	20.70	1:22:35	3:59	2	18:53	25	20:56	
Rad □□□	20.00	56:52	2:50	2	10:49	24	11:40	20.70	1:22:35	3:59	2	18:53	25	20:56	
Lauf	5.00	32:18	6:27	2	8:31	25	11:36	25.70	1:54:53	4:28	2	27:24	25	30:08	