



9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

□□□□

Schrewe, Lara

□□□: 53:40

□□: TSV Rüthen

□□: 23

□□: 6.24 km

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

□□□□□/□□□: 22 (of 30)

□□□□□/□: 13 (of 18)

□□□□□□: 31:25

□□□□:

weibliche Schüler A (12+13 Jahre)

□□□□□: 6(of 6)

□□□□□□□: 44:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.04	2:33	63:44	6	0:56	13	0:56	0.04	2:33	63:44	6	0:56	13	0:56
Wechsel S -> R	-	2:58	-	6	0:38	17	0:38	0.04	5:31	137:54	6	1:20	13	1:20
Schwimmen □□□	0.04	5:31	137:54	6	1:20	13	1:20	0.04	5:31	137:54	6	1:20	13	1:20
Rad netto	6.00	44:50	7:28	6	7:40	13	20:36	6.04	50:21	8:20	6	8:59	13	21:53
Wechsel R -> L	-	1:22	-	2	0:10	5	0:10	6.04	51:43	8:33	6	9:09	13	20:23
Rad □□□	6.00	46:12	7:42	6	7:49	13	19:06	6.04	51:43	8:33	6	9:09	13	20:23
Lauf	0.20	1:57	9:45	6	0:29	17	1:52	6.24	53:40	8:36	6	9:38	13	22:15