



9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

□□□□

Team Föst & Kracht Versicherungsmakler 1:03:19

□□: Team Föst & Kracht Versicherungsmakler

□□: 51

□□: 25.70 km

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

□□□□:

Staffel

□□□□□/□□□□: 1 (of 18)

□□□□□/□□□□: 1 (of 18)

□□□□□□: 1:03:19

□□□□□: 1(of 18)

□□□□□□□: 1:03:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.70	11:42	16:42	1	-	1	-	0.70	11:42	16:42	1	-	1	-
Wechsel S -> R	-	1:32	-	1	-	1	-	0.70	13:14	18:54	1	-	1	-
Schwimmen □□□	0.70	13:14	18:54	1	-	1	-	0.70	13:14	18:54	1	-	1	-
Rad netto	20.00	31:37	1:34	1	-	1	-	20.70	44:51	2:10	1	-	1	-
Wechsel R -> L	-	1:11	-	1	-	1	-	20.70	46:02	2:13	1	-	1	-
Rad □□□	20.00	32:48	1:38	1	-	1	-	20.70	46:02	2:13	1	-	1	-
Lauf	5.00	17:17	3:27	1	-	1	-	25.70	1:03:19	2:27	1	-	1	-