



9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

□□□□

Schröder, Jonas

□□□: 41:17

□□: TSV Rüthen

□□: 31

□□: 6.24 km

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

□□□□□/□□□: 6 (of 30)

□□□□□/□: 4 (of 12)

□□□□□□: 30:46

□□□□:

männliche Jugend B (14+15 Jahre)

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 30:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.04	2:08	53:19	3	1:04	6	1:04	0.04	2:08	53:19	3	1:04	6	1:04
Wechsel S -> R	-	2:30	-	2	0:55	4	0:55	0.04	4:38	115:50	3	1:59	5	1:59
Schwimmen □□□	0.04	4:38	115:50	3	1:59	5	1:59	0.04	4:38	115:50	3	1:59	5	1:59
Rad netto	6.00	33:27	5:34	3	7:40	3	7:40	6.04	38:05	6:18	3	9:39	3	9:39
Wechsel R -> L	-	1:14	-	1	-	2	0:03	6.04	39:19	6:30	3	8:38	3	8:38
Rad □□□	6.00	34:41	5:46	3	6:39	3	6:39	6.04	39:19	6:30	3	8:38	3	8:38
Lauf	0.20	1:58	9:49	3	1:53	11	1:53	6.24	41:17	6:36	3	10:31	4	10:31