



9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

□□□□

Löbbert, Andreas

□□□: 1:28:23

□□: TV Attendorn

□□: 212

□□: 25.70 km

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

□□□□□/□□□: 37 (of 109)

□□□□□/□: 33 (of 83)

□□□□□□: 1:09:12

□□□□:

AK3 männlich (30-34 Jahre)

□□□□□: 2(of 6)

□□□□□□□: 1:20:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.70	13:43	19:35	1	-	10	3:06	0.70	13:43	19:35	1	-	11	13:43	
Wechsel S -> R	-	2:25	-	1	-	13	0:42	0.70	16:08	23:02	2	2:49	10	16:08	
Schwimmen □□□	0.70	16:08	23:02	2	2:49	10	16:08	0.70	16:08	23:02	2	2:49	10	16:08	
Rad netto	20.00	45:16	2:15	2	7:04	48	11:18	20.70	1:01:24	2:57	2	4:55	28	12:11	
Wechsel R -> L	-	1:35	-	2	0:02	20	0:34	20.70	1:02:59	3:02	2	4:46	27	12:29	
Rad □□□	20.00	46:51	2:20	2	6:55	44	11:36	20.70	1:02:59	3:02	2	4:46	27	12:29	
Lauf	5.00	25:24	5:04	4	2:47	53	7:54	25.70	1:28:23	3:26	2	7:33	33	19:11	