



# 21. EWR Triathlon Lampertheim

Lampertheim / 26.06.2016

□□□□

Wahrenbruch, Jana

□□□: 31:25

□□: Bürstadt

□□: 817

Enduro Long Men

□□□□□/□□□: 15 (of 16)

□□□□□/□: 6 (of 6)

□□□□□□: 22:55

□□□□:

□□□□□: 6(of 6)

weibliche Schüler B (10+11 Jahre)

□□□□□□□: 22:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.20	6:25	32:05	6	1:49	6	1:49	0.20	6:25	32:05	6	1:49	6	1:49
Wechsel S -> R	-	1:46	-	6	0:43	6	0:43	0.20	8:11	40:54	6	2:32	6	2:32
Schwimmen □□□	0.20	8:11	40:54	6	2:32	6	2:32	0.20	8:11	40:54	6	2:32	6	2:32
Rad netto	5.00	15:18	3:03	5	3:35	5	3:35	5.20	23:29	4:30	6	6:07	6	6:07
Wechsel R -> L	-	1:10	-	6	0:19	6	0:19	5.20	24:39	4:44	6	6:26	6	6:26
Rad □□□	5.00	16:28	3:17	5	3:54	5	3:54	5.20	24:39	4:44	6	6:26	6	6:26
Lauf	1.00	6:46	6:46	6	2:04	6	2:04	-	31:25	-	6	8:30	6	8:30