



21. EWR Triathlon Lampertheim

Lampertheim / 26.06.2016

□□□□

Jamin, Jonas

□□□: 37:16

□□: VFS Rödermark

□□: 879

□□: 12.90 km

Jugend Triathlon (400 m, 10 km, 2,5 km)

□□□□□/□□□: 2 (of 19)

□□□□□/□: 2 (of 10)

□□□□□□: 36:57

□□□□:

männliche Jugend B (14+15 Jahre)

□□□□□: 2(of 10)

□□□□□□□: 36:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.40	6:50	17:04	4	0:41	4	0:41	0.40	6:50	17:04	4	0:41	4	0:41
Wechsel S -> R	-	1:16	-	5	0:08	5	0:08	0.40	8:06	20:14	2	0:49	2	0:49
Schwimmen □□□	0.40	8:06	20:14	2	0:49	2	0:49	0.40	8:06	20:14	2	0:49	2	0:49
Rad netto	10.00	17:47	1:46	2	0:12	2	0:12	10.40	25:53	2:29	2	1:01	2	1:01
Wechsel R -> L	-	0:51	-	3	0:03	3	0:03	10.40	26:44	2:34	2	1:04	2	1:04
Rad □□□	10.00	18:38	1:51	2	0:15	2	0:15	10.40	26:44	2:34	2	1:04	2	1:04
Lauf	2.50	10:32	4:12	2	0:18	2	0:18	12.90	37:16	2:53	2	0:19	2	0:19