



# 21. EWR Triathlon Lampertheim

Lampertheim / 26.06.2016

0000

von der Heyde, Alexander

000: 40:10

00: Rödermark

00: 876

00: 12.90 km

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

00000/000: 7 (of 19)

00000/0: 6 (of 10)

000000: 36:57

0000:

männliche Jugend B (14+15 Jahre)

00000: 6(of 10)

0000000: 36:57

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Schwimmen nett	0.40	7:30	18:45	10	1:21	10	1:21	0.40	7:30	18:45	10	1:21	10	1:21
Wechsel S -> R	-	1:12	-	3	0:04	3	0:04	0.40	8:42	21:44	9	1:25	9	1:25
Schwimmen 000	0.40	8:42	21:44	9	1:25	9	1:25	0.40	8:42	21:44	9	1:25	9	1:25
Rad netto	10.00	18:24	1:50	4	0:49	4	0:49	10.40	27:06	2:36	6	2:14	6	2:14
Wechsel R -> L	-	0:54	-	7	0:06	7	0:06	10.40	28:00	2:41	6	2:20	6	2:20
Rad 000	10.00	19:18	1:55	4	0:55	4	0:55	10.40	28:00	2:41	6	2:20	6	2:20
Lauf	2.50	12:10	4:51	7	1:56	7	1:56	12.90	40:10	3:06	6	3:13	6	3:13