



21. EWR Triathlon Lampertheim

Lampertheim / 26.06.2016

□□□□

Vitale, Emilia

□□□: 44:54

□□: VFS Rödermark

□□: 874

□□: 12.90 km

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

□□□□□/□□□: 12 (of 19)

□□□□□/□: 3 (of 9)

□□□□□□: 37:20

□□□□:

weibliche Jugend B (14+15 Jahre)

□□□□□: 3(of 9)

□□□□□□□: 37:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.40	6:44	16:49	3	0:56	3	0:56	0.40	6:44	16:49	3	0:56	3	0:56
Wechsel S -> R	-	1:26	-	6	0:23	6	0:23	0.40	8:10	20:24	4	1:19	4	1:19
Schwimmen □□□	0.40	8:10	20:24	4	1:19	4	1:19	0.40	8:10	20:24	4	1:19	4	1:19
Rad netto	10.00	20:47	2:04	4	3:09	4	3:09	10.40	28:57	2:47	4	4:28	4	4:28
Wechsel R -> L	-	1:22	-	9	0:32	9	0:32	10.40	30:19	2:54	4	5:00	4	5:00
Rad □□□	10.00	22:09	2:12	5	3:41	5	3:41	10.40	30:19	2:54	4	5:00	4	5:00
Lauf	2.50	14:35	5:50	3	2:34	3	2:34	12.90	44:54	3:28	3	7:34	3	7:34