



21. EWR Triathlon Lampertheim

Lampertheim / 26.06.2016

□□□□

Sold, Alena

□□□: 48:42

□□: Maxdorf

□□: 872

□□: 12.90 km

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

□□□□□/□□□: 16 (of 19)

□□□□□/□: 6 (of 9)

□□□□□□: 37:20

□□□□:

weibliche Jugend B (14+15 Jahre)

□□□□□: 6(of 9)

□□□□□□□: 37:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.40	7:14	18:04	5	1:26	5	1:26	0.40	7:14	18:04	5	1:26	5	1:26
Wechsel S -> R	-	1:27	-	7	0:24	7	0:24	0.40	8:41	21:42	5	1:50	5	1:50
Schwimmen □□□	0.40	8:41	21:42	5	1:50	5	1:50	0.40	8:41	21:42	5	1:50	5	1:50
Rad netto	10.00	22:01	2:12	6	4:23	6	4:23	10.40	30:42	2:57	6	6:13	6	6:13
Wechsel R -> L	-	0:53	-	3	0:03	3	0:03	10.40	31:35	3:02	6	6:16	6	6:16
Rad □□□	10.00	22:54	2:17	6	4:26	6	4:26	10.40	31:35	3:02	6	6:16	6	6:16
Lauf	2.50	17:07	6:50	7	5:06	7	5:06	12.90	48:42	3:46	6	11:22	6	11:22