



21. EWR Triathlon Lampertheim

Lampertheim / 26.06.2016

□□□□

Birnkraut, Amélie

□□□: 56:30

□□: TV 1862 Langen

□□: 865

□□: 12.90 km

Schüler A Triathlon (400 m, 10 km, 2,5 km)

□□□□□/□□□: 11 (of 12)

□□□□□/□: 5 (of 6)

□□□□□□: 39:28

□□□□:

weibliche Schüler A (12+13 Jahre)

□□□□□: 5(of 6)

□□□□□□□: 39:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.40	11:06	27:44	5	5:04	5	5:04	0.40	11:06	27:44	5	5:04	5	5:04
Wechsel S -> R	-	1:52	-	5	0:46	5	0:46	0.40	12:58	32:24	5	5:50	5	5:50
Schwimmen □□□	0.40	12:58	32:24	5	5:50	5	5:50	0.40	12:58	32:24	5	5:50	5	5:50
Rad netto	10.00	25:07	2:30	5	5:34	5	5:34	10.40	38:05	3:39	5	11:24	5	11:24
Wechsel R -> L	-	1:06	-	5	0:18	5	0:18	10.40	39:11	3:46	5	11:42	5	11:42
Rad □□□	10.00	26:13	2:37	5	5:52	5	5:52	10.40	39:11	3:46	5	11:42	5	11:42
Lauf	2.50	17:19	6:55	3	5:20	3	5:20	12.90	56:30	4:22	5	17:02	5	17:02