



10. ITH-Henneseer-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

0000

SCHRÖDER, Emil

00: SV Aegir Arnsberg

00: 18

00: 6.22 km

Schüler- und Jugendtriathlon (0,2-5,00-1,00)

0000:

männliche Schüler B (10+11 Jahre)

000: 29:53

00: 12.05 km/h

0000: 4:48 min/km

00000/000: 23 (of 28)

00000/0: 15 (of 18)

000000: 19:37

00000: 7(of 9)

0000000: 22:22

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	0.20	5:21	26:44	5	0:26	11	1:51	0.20	5:21	26:44	5	0:26	11	1:51
Wechsel S -> R	0.01	3:13	321:40	9	1:18	17	1:18	0.21	8:34	40:47	7	1:20	13	3:00
Rad netto	5.00	13:37	2:43	6	3:52	14	13:34	5.21	22:11	4:15	8	14:34	16	14:34
Rad	0.01	1:46	176:39	4	0:15	9	0:46	5.22	23:57	4:35	7	5:27	15	8:09
Lauf	1.00	5:56	5:56	8	2:04	16	2:07	6.22	29:53	4:48	7	7:31	15	10:16