



16. Asklepios Tritrekk  
Bad Salzungen, Burgsee / 04.08.2019

□□□□

**Trautmann, Jonas**

□□: GutsMuths-Rennsteiglaufverein e.V.

□□: 98

□□: 17.20 km

LITTLE RENNSTEIGMAN

□□□□:

Männer

□□□: 1:34:40

□□: 10.77 km/h

□□□□: 5:30 min/km

□□□□□/□□□: 3 (of 3)

□□□□□/□: 3 (of 3)

□□□□□□: 1:18:32

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 1:18:32

□□□□

□□□□

□□□

| □□□        | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Ziel Kanu  | 4.00     | 37:56    | 9:28         | 2       | 3:52    | 2       | 3:52    | 4.00  | 37:56     | 9:28          | 4       | 3:52    | 4       | 3:52    |
| Start Rad  | 1.00     | fehlt!   | -            | -       | -       | -       | -       | 5.00  | -         | -             | -       | -       | -       | -       |
| Ziel Rad   | 6.00     | 25:05    | 4:10         | 3       | 5:00    | 3       | 5:00    | 11.00 | 1:03:01   | 5:43          | 4       |         | 4       |         |
| Start Lauf | 1.00     | fehlt!   | -            | -       | -       | -       | -       | 12.00 | -         | -             | -       | -       | -       | -       |
| Ziel Lauf  | 6.20     | 31:39    | 5:06         | 3       | 7:16    | 3       | 7:16    | 18.20 | 1:34:40   | 5:12          | 4       |         | 4       |         |
| Ziel       | -        | fehlt!   | -            | -       | -       | -       | -       | 17.20 | -         | -             | 3       | -       | 3       | -       |