



8. Hexengrund-Triathlon Engerda

Engerda / 14.09.2024

□□□□

SPORT macht SPASS

□□: Thüringer Bergziegen

□□: 309

□□: 48.80 km

Staffel 48,8 km

□□□□:

Mixstaffel

□□□: 2:13:44

□□: 21.54 km/h

□□□□: 2:44 min/km

□□□□□: 3 (of 17)

□□□□□□: 1:59:25

□□□□□: 1(of 6)

□□□□□□□: 2:13:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.80	14:55	18:38	1	-	5	4:27	0.80	14:55	18:38	1	-	5	4:27
Wechsel Schw.-R	-	0:19	-	1	-	1	-	0.80	15:14	-	1	-	5	4:23
Runde Rad	38.00	1:18:30	2:03	1	-	2	5:38	38.80	1:33:44	2:24	1	-	2	10:01
Wechsel Rad-Lau	-	0:11	-	2	0:03	4	0:03	38.80	1:33:55	-	1	-	2	10:02
Lauf	10.00	39:49	3:58	1	-	4	4:46	48.80	2:13:44	2:44	1	-	3	14:19