



8. Hexengrund-Triathlon Engerda

Engerda / 14.09.2024

□□□□

TEAM SLFIT

□□: SLFIT

□□: 301

□□: 48.80 km

Staffel 48,8 km

□□□□:

Hexengrund-Triathlon Staffel

□□□: 2:35:03

□□: 18.57 km/h

□□□□: 3:10 min/km

□□□□□: 9 (of 17)

□□□□□□: 1:59:25

□□□□□: 9(of 10)

□□□□□□□: 1:59:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□	
Schwimmen nett	0.80	12:24	15:30	2	1:56	2	1:56	0.80	12:24	15:30	2	1:56	2	1:56
Wechsel Schw.-R	-	0:45	-	9	0:26	16	0:26	0.80	13:09	-	2	2:18	2	2:18
Runde Rad	38.00	1:42:13	2:41	7	29:21	12	29:21	38.80	1:55:22	2:58	7	31:39	10	31:39
Wechsel Rad-Lau	-	0:10	-	1	-	2	0:02	38.80	1:55:32	-	7	31:39	10	31:39
Lauf	10.00	39:31	3:57	3	4:28	3	4:28	48.80	2:35:03	3:10	7	35:38	9	35:38