



8. Hexengrund-Triathlon Engerda

Engerda / 14.09.2024

□□□□

Norbert Junghanns

□□□: 1:40:50

□□: TU Ilmenau/ EGZ Triathlon Görlitz

□□: 42

□□: 37.00 km

□□□□□/□□□: 2 (of 56)

Hexengrund-Triathlon

□□□□□/□: 2 (of 38)

□□□□□□: 1:36:42

□□□□:

□□□□□: 1(of 7)

AK 35 M

□□□□□□□: 1:40:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	8:38	17:15	3	8:35	6	8:35	0.50	8:38	17:15	3	8:35	6	8:35
Wechsel Schw.-R	-	1:51	-	2	0:03	10	1:06	0.50	10:29	20:57	1	-	4	2:19
Schwimmen □□□	0.50	10:29	20:57	1	-	4	2:19	0.50	10:29	20:57	1	-	4	2:19
Rad netto	29.00	1:00:26	2:05	1	-	3	3:12	29.50	1:10:55	2:24	1	-	2	5:31
Wechsel Rad-Lau	-	0:44	-	3	0:29	20	0:30	29.50	1:11:39	2:25	1	-	2	5:42
Rad □□□	29.00	1:01:10	2:06					29.50	1:11:39	2:25	1	-	2	5:42
Lauf	7.50	29:11	3:53	1	-	3	1:46	37.00	1:40:50	2:43	1	-	2	4:08