



8. Hexengrund-Triathlon Engerda

Engerda / 14.09.2024

□□□□

Max Backert

□□□: 1:57:43

□□: 55

□□: 37.00 km

Hexengrund-Triathlon

□□□□□/□□□: 15 (of 56)

□□□□□/□: 15 (of 38)

□□□□□□: 1:36:42

□□□□:

AK 35 M

□□□□□: 2(of 7)

□□□□□□□: 1:40:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	0:03	0:06	1	-	1	-	0.50	0:03	0:06	1	-	1	-
Wechsel Schw.-R	-	13:36	-	6	11:48	36	12:51	0.50	13:39	27:18	2	3:10	18	5:29
Schwimmen □□□	0.50	13:39	27:18	2	3:10	18	5:29	0.50	13:39	27:18	2	3:10	18	5:29
Rad netto	29.00	1:06:37	2:17	2	6:11	11	9:23	29.50	1:20:16	2:43	2	9:21	14	14:52
Wechsel Rad-Lau	-	0:52	-	4	0:37	29	0:38	29.50	1:21:08	2:45	2	9:29	14	15:11
Rad □□□	29.00	1:07:29	2:19					29.50	1:21:08	2:45	2	9:29	14	15:11
Lauf	7.50	36:35	4:52	4	7:24	19	9:10	37.00	1:57:43	3:10	2	16:53	15	21:01