



# 8. Hexengrund-Triathlon Engerda

Engerda / 14.09.2024

□□□□

Robert Weiße

□□□: 2:04:49

□□: 56

□□: 37.00 km

Hexengrund-Triathlon

□□□□□/□□□: 23 (of 56)

□□□□□/□: 21 (of 38)

□□□□□□: 1:36:42

□□□□:

AK 35 M

□□□□□: 5(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	-	14:42	-	7	12:54	37	13:57	0.50	14:45	29:30	3	4:16	22	6:35
Schwimmen □□□	0.50	14:45	29:30	3	4:16	22	6:35	0.50	14:45	29:30	3	4:16	22	6:35
Rad netto	29.00	1:09:14	2:23	5	8:48	18	12:00	29.50	1:23:59	2:50	3	13:04	18	18:35
Wechsel Rad-Lau	-	1:27	-	7	1:12	36	1:13	29.50	1:25:26	2:53	4	13:47	19	19:29
Rad □□□	29.00	1:10:41	2:26					29.50	1:25:26	2:53	4	13:47	19	19:29
Lauf	7.50	39:23	5:15	5	10:12	23	11:58	37.00	2:04:49	3:22	5	23:59	21	28:07