



8. Hexengrund-Triathlon Engerda

Engerda / 14.09.2024

□□□□

Julia Rose-Mösch

□□□: 2:24:04

□□: 15

□□: 37.00 km

Hexengrund-Triathlon

□□□□□/□□□: 37 (of 56)

□□□□□/□: 8 (of 18)

□□□□□□: 1:58:46

□□□□:

AK 40, Seniorinnen 1

□□□□□: 2(of 5)

□□□□□□□: 2:16:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	11:27	22:53	2	1:34	6	1:34	0.50	11:27	22:53	2	1:34	6	1:34	
Wechsel Schw.-R	-	3:33	-	3	1:57	13	2:15	0.50	15:00	30:00	3	3:31	9	3:31	
Schwimmen □□□	0.50	15:00	30:00	3	3:31	9	3:31	0.50	15:00	30:00	3	3:31	9	3:31	
Rad netto	29.00	1:24:21	2:54	1	-	7	13:55	29.50	1:39:21	3:22	1	-	6	15:34	
Wechsel Rad-Lau	-	1:57	-	4	1:38	17	1:43	29.50	1:41:18	3:26	1	-	8	17:17	
Rad □□□	29.00	1:26:18	2:58					29.50	1:41:18	3:26	1	-	8	17:17	
Lauf	7.50	42:46	5:42	2	29:18	7	29:18	37.00	2:24:04	3:53	2	7:15	8	25:18	