



# 8. Hexengrund-Triathlon Engerda

Engerda / 14.09.2024

□□□□

Hanna Ommer

□□□: 32:31

□□: Triathlon Jena e.V.

□□: 705

□□: 7.10 km

Juniorhexe 1

□□□□□/□□□: 1 (of 7)

□□□□□/□: 1 (of 4)

□□□□□□: 32:31

□□□□:

Juniorhexe 1 0,1/4,5/2,5

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 32:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.10	3:15	32:30	2	0:07	2	0:07	0.10	3:15	32:30	2	0:07	2	0:07
Wechsel Schw.-R	-	0:54	-	1	-	1	-	0.10	4:09	41:30	1	-	1	-
Schwimmen □□□	0.10	4:09	41:30	1	-	1	-	0.10	4:09	41:30	1	-	1	-
Rad netto	4.50	16:41	3:42	3	0:44	3	0:44	4.60	20:50	4:31	3	0:31	3	0:31
Wechsel Rad-Lau	-	0:14	-	2	0:01	2	0:01	4.60	21:04	4:34	3	0:31	3	0:31
Rad □□□	4.50	16:55	3:45	3	0:44	3	0:44	4.60	21:04	4:34	3	0:31	3	0:31
Lauf	2.50	11:27	4:34	1	-	1	-	7.10	32:31	4:34	1	-	1	-