



8. Hexengrund-Triathlon Engerda

Engerda / 14.09.2024

□□□□

Lara Hoffmeier

□□□: 32:38

□□: Triathlon Jena e.V.

□□: 502

□□: 9.70 km

□□□□□/□□□: 1 (of 8)

Juniorhexe 2

□□□□□/□: 1 (of 3)

□□□□□□: 32:38

□□□□:

□□□□□: 1(of 2)

Juniorhexe 2 0,2/7,0/2,5

□□□□□□□: 32:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.20	3:54	19:30	1	-	1	-	0.20	3:54	19:30	1	-	1	-
Wechsel Schw.-R	-	1:11	-	1	-	2	0:13	0.20	5:05	25:24	1	-	1	-
Schwimmen □□□	0.20	5:05	25:24	1	-	1	-	0.20	5:05	25:24	1	-	1	-
Rad netto	7.00	16:32	2:21	1	-	1	-	7.20	21:37	3:00	1	-	1	-
Wechsel Rad-Lau	-	0:14	-	1	-	2	0:01	7.20	21:51	3:02	1	-	1	-
Rad □□□	7.00	16:46	2:23	1	-	1	-	7.20	21:51	3:02	1	-	1	-
Lauf	2.50	10:47	4:18	1	-	1	-	9.70	32:38	3:21	1	-	1	-