



8. Hexengrund-Triathlon Engerda

Engerda / 14.09.2024

□□□□

Leoni Ebert

□□□: 50:10

□□: EKC

□□: 503

□□: 9.70 km

Juniorhexe 2

□□□□□/□□□: 8 (of 8)

□□□□□/□: 3 (of 3)

□□□□□□: 32:38

□□□□:

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

□□□□□: 8(of 2)

□□□□□□□: 32:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.20	5:23	26:55	2	1:29	3	1:29	0.20	5:23	26:55	2	1:29	3	1:29
Wechsel Schw.-R	-	2:30	-	2	1:19	3	1:32	0.20	7:53	39:24	2	2:48	3	2:48
Schwimmen □□□	0.20	7:53	39:24	2	2:48	3	2:48	0.20	7:53	39:24	2	2:48	3	2:48
Rad netto	7.00	23:51	3:24	2	7:19	3	7:19	7.20	31:44	4:24	2	10:07	3	10:07
Wechsel Rad-Lau	-	0:16	-	2	0:02	3	0:03	7.20	32:00	4:26	2	10:09	3	10:09
Rad □□□	7.00	24:07	3:26	2	7:21	3	7:21	7.20	32:00	4:26	2	10:09	3	10:09
Lauf	2.50	18:10	7:16	2	7:23	3	7:23	9.70	50:10	5:10	2	17:32	3	17:32