



Swim	Run	
0,4	2,5	Km
17.07.2016 1. HTL Damen: Celticman Triathlon, Borken		
Rautenberg, Iris		0. WU230:17:51
Spranz, Laura		0. W30 00:19:14
Brendemühl, Heike		0. W20 00:19:42
Rautenberg, Laura		0. WU180:24:20

Run	Bike	Run	
10	37,5	5	Km
01.05.2016 Oberursel Altstadt Duathlon /Hessenmeisterschaft, O			
Gutenstein, Dennis		1. M35 02:04:13	
Selbach, Christoph		3. M45 02:11:25	
Bittner, Chris		02:19:43	
Jégou, Jean-Louis		2. M55 02:39:41	
Koch, Jutta		02:51:28	

Run	Bike	Run	
2,5	15	2,5	Km
04.12.2016 23. Frankfurter Nikolaus-Duathlon, Frankfurt			
Wieß, Maren		1. W65 01:23:07	

Run	Bike	Run	
4,5	20	4	Km
06.11.2016 Hugentotten Duathlon 2016, Neu-Isenburg			
Zeiss, Frank		01:20:35	
Nachtsheim, Wolfgang		01:41:57	
Pahl, Matthias		01:43:25	
Wegner-Pahl, Helga		01:50:04	