

**SCHWIMMEN RAD FAHREN LAUFEN**  
**BERG DER WAHRHEIT**  
**CHURFRANKEN TRIATHLON** **START** **SPEED** **FINISHER**  
**AUSDAUER** **KAMPF**  
**DUESMANN & HENSEL RECYCLING**  
**ADRENALINRAUSCH EMOTIONEN** **27. JULI 14 ZIEL**  
**NIEDERNBERG**

# URKUNDE

**Ronel KRANZ**  
**DJK Andernach**

25. Platz Gesamtwertung  
 7. Platz in der AK Tw45

in 03:29:53.85



**churfranken**  
**Triathlon**

**Swim:** 00:38:00.41  
**W1:** 00:02:31.46  
**Bike:** 01:43:31.40  
**W2:**  
**Run:** 01:04:24.54

