

## Freitag

<b>Rennvelo</b>	<b>Esthi</b>	<b>17 km 310hm</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>gesamt Renndauer</b>	<b>Ort</b>	<b>Zeit/Disziplin</b>	
Start			14:00	00:00	Kreuzbleiche	00:50	
Ziel			14:50		AFG Arena		
<b>Bike</b>	<b>Andy</b>	<b>9 km 270hm</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>gesamt Renndauer</b>	<b>Ort</b>	<b>Zeit/Disziplin</b>	
Start			14:50	00:50	AFG Arena	00:35	
Ziel			15:25		drei Weiheren		
<b>Schwimmen</b>	<b>Andy</b>	<b>0.6 km</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Renndauer</b>	<b>Ort</b>	<b>Zeit/Disziplin</b>	
Start			15:25	01:25	drei Weiheren	00:15	
Ziel			15:40		drei Weiheren		
<b>Bike</b>	<b>Andy</b>	<b>11 km 200hm</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>gesamt Renndauer</b>	<b>Ort</b>	<b>Zeit/Disziplin</b>	
Start			15:40	01:40	drei Weiheren	00:40	
Ziel			16:20		AFG Arena		
<b>Laufen</b>	<b>Andy</b>	<b>6 km 100hm</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>gesamt Renndauer</b>	<b>Ort</b>	<b>Zeit/Disziplin</b>	
Start			16:20	02:20	AFG Arena	00:30	
Ziel			16:50		AFG Arena		
<b>Inlineskaten</b>	<b>Esthi</b>	<b>6 km 50hm</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>gesamt Renndauer</b>	<b>Ort</b>	<b>Zeit/Disziplin</b>	
Start			16:50	02:50	AFG Arena	00:10	
Ziel			17:00	03:00	Kreuzbleiche		

genauere Angaben während dem Wettkampf unter: Handy Supporter (Üse Elsener)

079 280 62 36

## Samstag

<b>Schwimmen</b>	<b>Andy</b>	<b>3 km</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Renndauer</b>	<b>Ort</b>	<b>Zeit/Disziplin</b>	
Start			06:00	00:00	Rorschach	01:10	
Ziel			07:10		Altenrhein		
<b>Inlineskaten</b>	<b>Esthi</b>	<b>59 km 100hm</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>gesamt Renndauer</b>	<b>Ort</b>	<b>Zeit/Disziplin</b>	
Start			07:10	01:10	Altenrhein	02:30	
Ziel			09:40		Buchs/Schaan		
<b>Rennvelo</b>	<b>Andy</b>	<b>90 km 1700hm</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>gesamt Renndauer</b>	<b>Ort</b>	<b>Zeit/Disziplin</b>	
Start			09:40	03:40	Buchs/Schaan	04:15	
Ziel			13:55		Oberriet		
<b>Laufen</b>	<b>Esthi</b>	<b>12 km 1400hm</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>gesamt Renndauer</b>	<b>Ort</b>	<b>Zeit/Disziplin</b>	
Start			13:55	07:55	Oberriet	02:30	
Ziel			16:25		Hoher Kasten		
Transfer	Esthi				Hoher Kasten - Brülisau mit Bahn	00:20	
<b>Bike</b>	<b>Andy</b>	<b>40 km 1200hm</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>gesamt Renndauer</b>	<b>Ort</b>	<b>Zeit/Disziplin</b>	
Start			16:45	10:25	Brülisau	02:30	
Ziel			19:15	12:55	St.Gallen		

genauere Angaben während dem Wettkampf unter: Handy Supporter (Üse Elsener)

079 280 62 36

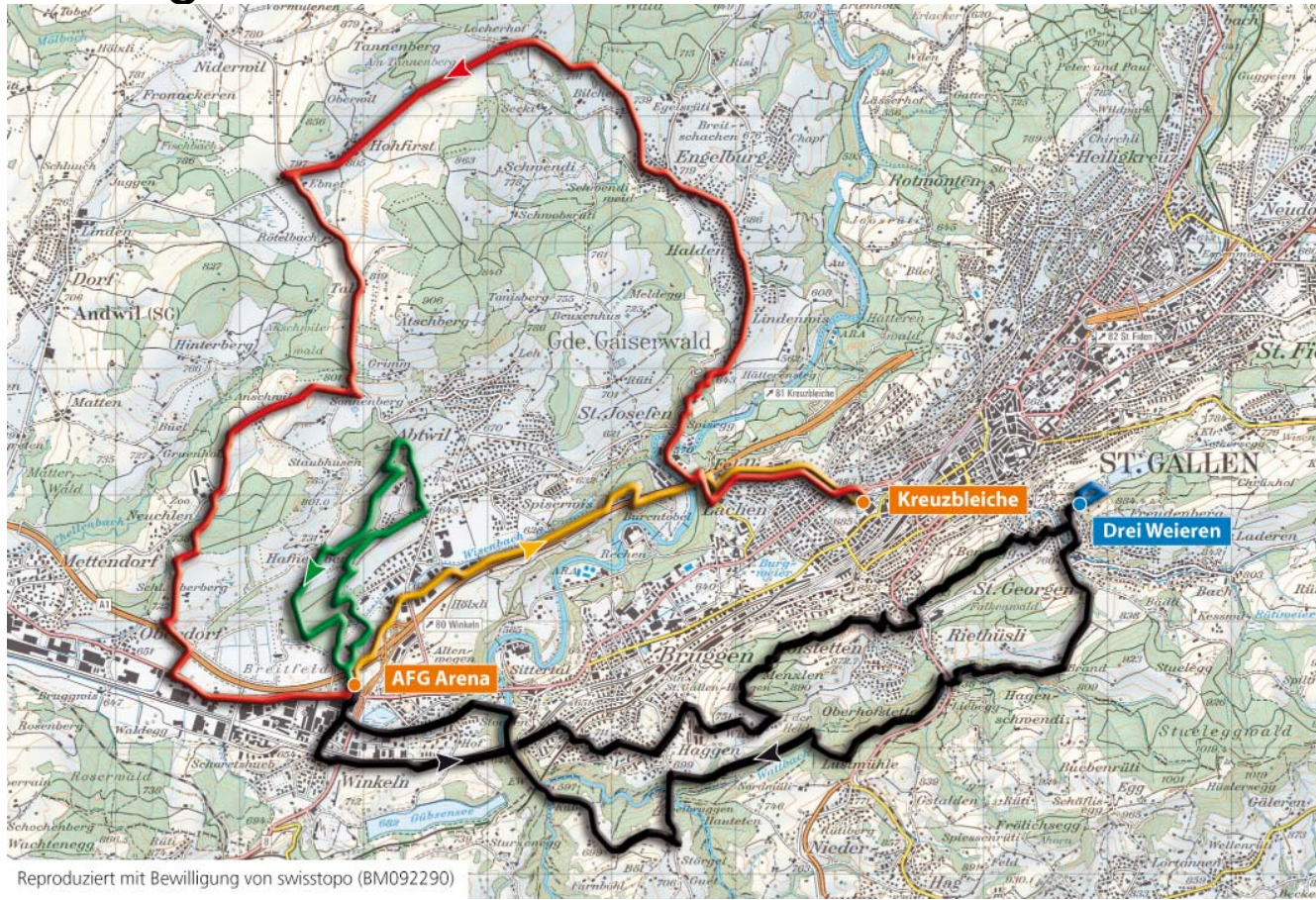
## Sonntag

Inlineskaten	Andy	41 km 280hm	Uhrzeit	gesamt Renndauer	Ort	Zeit/Disziplin	
Start			07:00	00:00	St.Gallen	02:00	
Ziel			09:00		Kreuzlingen		
Schwimmen	Esthi	2.8 km	Uhrzeit	Renndauer	Ort	Zeit/Disziplin	
Start			09:00	02:00	Kreuzlingen	01:05	
Ziel			10:05		Kreuzlingen		
Bike	Andy	57 km 820hm	Uhrzeit	gesamt Renndauer	Ort	Zeit/Disziplin	
Start			10:05	03:05	Kreuzlingen	03:00	
Ziel			13:05		Frauenfeld		
Rennvelo	Andy	70 km 1200hm	Uhrzeit	gesamt Renndauer	Ort	Zeit/Disziplin	
Start			13:05	06:05	Frauenfeld	02:50	
Ziel			15:55		Uzwil		
Laufen	Esthi	24 km 590hm	Uhrzeit	gesamt Renndauer	Ort	Zeit/Disziplin	
Start			15:55	08:55	Uzwil	02:30	
Ziel			18:25	11:25	St.Gallen		

genauere Angaben während dem Wettkampf unter: Handy Supporter (Üse Elsener)

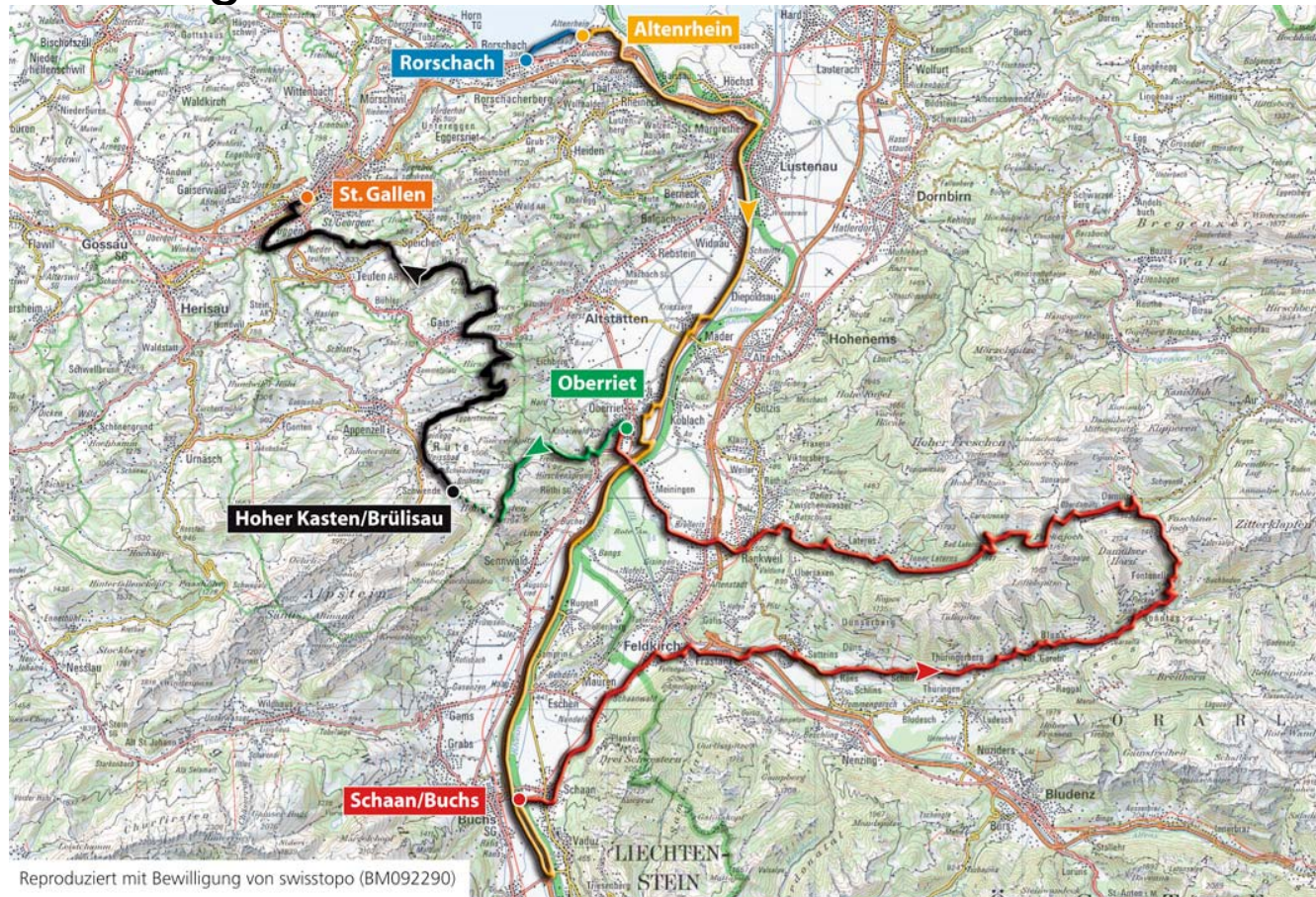
079 280 62 36

# Freitag

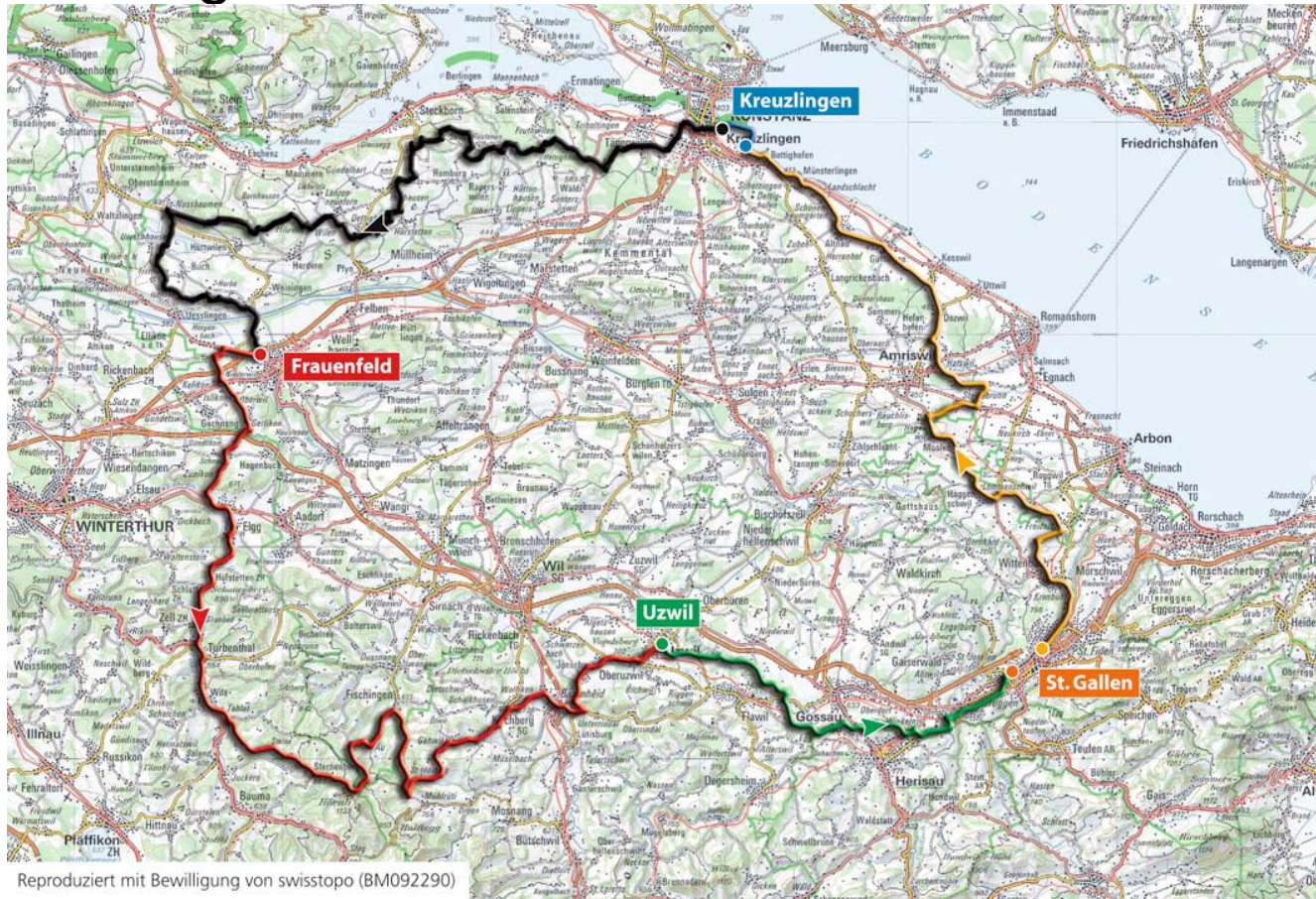


Reproduziert mit Bewilligung von swisstopo (BM092290)

# Samstag



# Sonntag



Reproduziert mit Bewilligung von swisstopo (BM092290)