

Männer bis 44 Jahre

Schwimmen 700m, Radfahren 13100 m, Laufen 5000 m

| Platz | Schwimmen | Radfahren | Schwimmen + Radfahren Zwischenzeit | Laufen | Gesamtzeit | Name | Vorname | Geburts-jahr | Ort / Verein |
|-------|-----------|-----------|------------------------------------|----------|------------|----------|-----------|--------------|-------------------------|
| 1. | 00:15:15 | 00:29:04 | 00:44:19 | 00:23:53 | 01:08:12 | Krüger | Carsten | 1984 | Hannover |
| 2. | 00:16:31 | 00:30:58 | 00:47:29 | 00:27:34 | 01:15:03 | Schulz | Christian | 1984 | Team Bernd, Erkner |
| 3. | 00:14:33 | 00:33:43 | 00:48:16 | 00:28:01 | 01:16:17 | Stein | Robert | 1990 | Potsdam |
| 4. | 00:20:45 | 00:45:14 | 01:05:59 | 00:25:02 | 01:31:01 | Voigt | Janek | 1989 | 3 Muskeltiere |
| 5. | 00:17:55 | 00:38:16 | 00:56:11 | 00:40:16 | 01:36:27 | Zibulski | Dirk | 1990 | 3 Muskeltiere |
| 6. | 00:20:45 | 00:45:14 | 01:05:59 | 00:44:48 | 01:50:47 | Hermann | Tom | 1990 | 3 Muskeltiere (Rostock) |

Männer ab 45 bis 54 Jahre

Schwimmen 700m, Radfahren 13100 m, Laufen 5000 m

| Platz | Schwimmen | Radfahren | Schwimmen + Radfahren Zwischenzeit | Laufen | Gesamtzeit | Name | Vorname | Geburts-jahr | Ort / Verein |
|-------|-----------|-----------|------------------------------------|----------|------------|----------|---------|--------------|-----------------|
| 1. | 00:15:12 | 00:28:16 | 00:43:28 | 00:28:32 | 01:12:00 | Reinwald | Jens | 1972 | TV-Fürstenwalde |
| 2. | 00:16:33 | 00:30:46 | 00:47:19 | 00:30:33 | 01:17:52 | Wolf | Maik | 1975 | Multisport-LOS |
| 3. | 00:16:17 | 00:33:04 | 00:49:21 | 00:32:50 | 01:22:11 | Kowaloff | Maik | 1972 | MSV Tripoint |

Männer ab 55 bis 64 Jahre

Schwimmen 700m, Radfahren 13100 m, Laufen 5000 m

| Platz | Schwimmen | Radfahren | Schwimmen + Radfahren Zwischenzeit | Laufen | Gesamtzeit | Name | Vorname | Geburts-jahr | Ort / Verein |
|-------|-----------|-----------|------------------------------------|----------|------------|---------|---------|--------------|----------------|
| 1. | 00:15:12 | 00:29:24 | 00:44:36 | 00:27:49 | 01:12:25 | Rohmann | Nic | 1967 | Multisport LOS |

Frauen bis 44 Jahre

Schwimmen 700m, Radfahren 13100 m, Laufen 5000 m

| Platz | Schwimmen | Radfahren + T1 und T2 | Schwimmen + Radfahren Zwischenzeit | Laufen | Gesamtzeit | Name | Vorname | Geburts-jahr | Ort / Verein |
|-------|-----------|-----------------------|------------------------------------|----------|------------|---------|---------|--------------|---------------------------|
| 1. | 00:11:28 | 00:37:58 | 00:49:26 | 00:37:54 | 01:27:20 | Saremba | Luise | 2008 | Eberswalder Schwimmverein |

Frauen ab 45 bis 54 Jahre

Schwimmen 700m, Radfahren 13100 m, Laufen 5000 m

| Platz | Schwimmen | Radfahren | Schwimmen + Radfahren Zwischenzeit | Laufen | Gesamtzeit | Name | Vorname | Geburts-jahr | Ort / Verein |
|-------|-----------|-----------|------------------------------------|----------|------------|----------|---------|--------------|-----------------|
| 1. | 00:17:43 | 00:33:03 | 00:50:46 | 00:32:28 | 01:23:14 | Reinwald | Peggy | 1975 | TV-Fürstenwalde |

Staffel im Hauptlauf

Schwimmen 700m, Radfahren 13100 m, Laufen 5000 m

| Platz | Schwimmen | Radfahren | Schwimmen + Radfahren Zwischenzeit | Laufen | Gesamtzeit | Name | Vorname | Geburts-jahr | Ort / Verein |
|-------|-----------|-----------|------------------------------------|----------|------------|----------|---------|--------------|---------------------------|
| 1. | 00:11:26 | 00:27:58 | 00:39:24 | 00:26:10 | 01:05:34 | Saremba | Andreas | 1969 | Eberswalder Schwimmverein |
| | | | | | | Sippmann | Paul | 1990 | |

Familienstaffel

Schwimmen 400m, Radfahren 4000 m, Laufen 1600 m

| Platz | Schwimmen | Radfahren | Schwimmen + Radfahren Zwischenzeit | Laufen | Gesamtzeit | Name | Vorname | Geburts- jahr | Ort / Verein |
|-------|-----------|-----------|--|----------|------------|-------------|-------------|------------------|-----------------------------------|
| 1. | 00:13:29 | 00:19:20 | 00:32:49 | 00:09:24 | 00:42:13 | Krüger-Führ | Ines | 1979 | Familie Krüger Berlin/Hannover |
| | | | | | | Krüger | Jannis | 2020 | |
| | | | | | | Krüger | Joris+Jonna | 2020/19 | |