



Erkner

# Heckmann´s Sportamateure 1

Erkner: 2:40:04

Erkner: Heckmann´s Sportamateure 1

Erkner: 573

Erkner: 51.89 km

Olympisch Staffel (1,5/40/10 km)

Erkner/Erkner: 17 (of 30)

Erkner/Erkner: 17 (of 30)

Erkner: 2:07:53

Erkner:

Staffel

Erkner: 17(of 30)

Erkner: 2:07:53

Erkner

Erkner

Erkner

Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner
	km	min	min/km	-	-	Erkner	Erkner	km	min	min/km	-	-	Erkner	Erkner
Schwimmen nett	1.50	29:50	19:53	15	6:59	15	6:59	1.50	29:50	19:53	15	6:59	15	6:59
Wechsel S -> R	0.26	1:28	5:38	18	0:26	18	0:26	1.76	31:18	17:47	15	7:07	15	7:07
Schwimmen Erkner	1.76	31:18	17:47	15	7:07	15	7:07	1.76	31:18	17:47	15	7:07	15	7:07
Rad netto	40.00	1:24:15	2:06	27	23:17	27	23:17	41.76	1:55:33	2:46	24	29:51	24	29:51
Wechsel R -> L	0.13	0:45	5:46	9	0:14	9	0:14	41.89	1:56:18	2:46	24	29:47	24	29:47
Radfahren Erkner	40.13	1:25:00	2:07	27	23:13	27	23:13	41.89	1:56:18	2:46	24	29:47	24	29:47
Lauf	10.00	43:46	4:22	5	5:40	5	5:40	51.89	2:40:04	3:05	17	32:11	17	32:11