



□□□□

MUDERACK, Olaf

□□□: 2:50:50

□□: SV Wasserfreunde Brandenburg

□□: 322

□□: 51.89 km

Olympisch (1,5/40/10 km)

□□□□□/□□□: 133 (of 233)

□□□□□/□: 119 (of 179)

□□□□□□: 2:04:10

□□□□:

SEN2 / TM 45

□□□□□: 27(of 39)

□□□□□□□: 2:19:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	36:56	24:37	32	14:21	151	16:20	1.50	36:56	24:37	32	14:21	151	16:20
Wechsel S -> R	0.26	2:46	10:38	7	0:51	60	1:21	1.76	39:42	22:33	31	14:14	136	16:53
Schwimmen □□□	1.76	39:42	22:33	31	14:14	136	16:53	1.76	39:42	22:33	31	14:14	136	16:53
Rad netto	40.00	1:15:17	1:52	27	11:56	104	14:04	41.76	1:54:59	2:45	28	24:00	117	28:22
Wechsel R -> L	0.13	1:38	12:33	19	0:44	99	0:55	41.89	1:56:37	2:47	27	24:29	115	29:17
Radfahren □□□	40.13	1:16:55	1:55	27	12:25	101	14:59	41.89	1:56:37	2:47	27	24:29	115	29:17
Lauf	10.00	54:13	5:25	29	12:41	127	17:41	51.89	2:50:50	3:17	27	30:56	119	46:40