



Erkner

Schöneicher Freundeskreis

Erkner: 2:51:18

Erkner: Schöneicher Freundeskreis

Erkner: 569

Erkner: 51.89 km

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

Erkner/Erkner: 25 (of 30)

Erkner/Erkner: 25 (of 30)

Erkner: 2:07:53

Erkner:

Staffel

Erkner: 25(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	36:29	24:19	24	13:38	24	13:38	1.50	36:29	24:19	24	13:38	24	13:38
Wechsel S -> R	0.26	1:24	5:23	17	0:22	17	0:22	1.76	37:53	21:31	24	13:42	24	13:42
Schwimmen Erkner	1.76	37:53	21:31	24	13:42	24	13:42	1.76	37:53	21:31	24	13:42	24	13:42
Rad netto	40.00	1:20:49	2:01	23	19:51	23	19:51	41.76	1:58:42	2:50	26	33:00	26	33:00
Wechsel R -> L	0.13	0:55	7:03	21	0:24	21	0:24	41.89	1:59:37	2:51	26	33:06	26	33:06
Radfahren Erkner	40.13	1:21:44	2:02	22	19:57	22	19:57	41.89	1:59:37	2:51	26	33:06	26	33:06
Lauf	10.00	51:41	5:10	17	13:35	17	13:35	51.89	2:51:18	3:18	25	43:25	25	43:25