



□□□□

KLEINDIENST, Thomas

□□□: 2:55:11

□□: Wilmersdorfer Wühlmäuse

□□: 423

□□: 51.89 km

□□□□□/□□□: 152 (of 233)

Olympisch (1,5/40/10 km)

□□□□□/□: 133 (of 179)

□□□□□□: 2:04:10

□□□□:

□□□□□: 18(of 22)

SEN3 / TM 50

□□□□□□□: 2:27:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	31:11	20:47	11	4:52	77	10:35	1.50	31:11	20:47	11	4:52	77	10:35	
Wechsel S -> R	0.26	3:32	13:35	13	1:40	110	2:07	1.76	34:43	19:43	10	6:29	80	11:54	
Schwimmen □□□	1.76	34:43	19:43	10	6:29	80	11:54	1.76	34:43	19:43	10	6:29	80	11:54	
Rad netto	40.00	1:21:41	2:02	19	16:28	151	20:28	41.76	1:56:24	2:47	19	19:03	125	29:47	
Wechsel R -> L	0.13	2:29	19:06	17	1:31	158	1:46	41.89	1:58:53	2:50	19	20:17	129	31:33	
Radfahren □□□	40.13	1:24:10	2:05	19	17:42	151	22:14	41.89	1:58:53	2:50	19	20:17	129	31:33	
Lauf	10.00	56:18	5:37	16	14:50	144	19:46	51.89	2:55:11	3:22	18	27:19	133	51:01	