



□□□□

GREINACHER, Alexander

□□□: 2:57:45

□□: Berlin

□□: 560

□□: 51.89 km

Olympisch (1,5/40/10 km)

□□□□□/□□□: 167 (of 233)

□□□□□/□: 143 (of 179)

□□□□□□: 2:04:10

□□□□:

AK3 / TM 30

□□□□□: 19(of 23)

□□□□□□□: 2:04:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	35:21	23:33	17	14:16	129	14:45	1.50	35:21	23:33	17	14:16	129	14:45
Wechsel S -> R	0.26	4:45	18:16	20	3:20	148	3:20	1.76	40:06	22:47	18	16:26	140	17:17
Schwimmen □□□	1.76	40:06	22:47	18	16:26	140	17:17	1.76	40:06	22:47	18	16:26	140	17:17
Rad netto	40.00	1:18:30	1:57	16	17:17	132	17:17	41.76	1:58:36	2:50	19	31:59	138	31:59
Wechsel R -> L	0.13	2:09	16:32	19	1:26	141	1:26	41.89	2:00:45	2:52	19	33:25	139	33:25
Radfahren □□□	40.13	1:20:39	2:00	18	18:43	135	18:43	41.89	2:00:45	2:52	19	33:25	139	33:25
Lauf	10.00	57:00	5:42	20	20:10	151	20:28	51.89	2:57:45	3:25	19	53:35	143	53:35