



Erkner

LANGER, Thomas

Erkner: 2:19:54

Erkner: swimbikerun.berlin

Erkner: 611

Erkner: 51.89 km

Olympisch (1,5/40/10 km)

Erkner/Erkner: 12 (of 233)

Erkner/Erkner: 12 (of 179)

Erkner: 2:04:10

Erkner:

SEN2 / TM 45

Erkner: 1(of 39)

Erkner: 2:19:54

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	25:13	16:48	3	2:38	11	4:37	1.50	25:13	16:48	3	2:38	11	4:37
Wechsel S -> R	0.26	2:25	9:17	4	0:30	36	1:00	1.76	27:38	15:42	3	2:10	12	4:49
Schwimmen Erkner	1.76	27:38	15:42	3	2:10	12	4:49	1.76	27:38	15:42	3	2:10	12	4:49
Rad netto	40.00	1:03:21	1:35	1	-	3	2:08	41.76	1:30:59	2:10	1	-	5	4:22
Wechsel R -> L	0.13	1:09	8:50	4	0:15	29	0:26	41.89	1:32:08	2:11	1	-	5	4:48
Radfahren Erkner	40.13	1:04:30	1:36	1	-	4	2:34	41.89	1:32:08	2:11	1	-	5	4:48
Lauf	10.00	47:46	4:46	12	6:14	61	11:14	51.89	2:19:54	2:41	1	-	12	15:44