



□□□□

HOFFMANN, Christian

□□□: 4:14:22

□□: BSV Friesen BerlinMan Team

□□: 43

□□: 116.79 km

□□□□□/□□□: 3 (of 154)

Mittel Distanz (1,9/93/21 km)

□□□□□/□: 3 (of 137)

□□□□□□: 4:12:50

□□□□:

□□□□□: 1(of 21)

AK4 / TM 35

□□□□□□□: 4:14:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.90	26:12	13:47	1	-	4	3:33	1.90	26:12	13:47	1	-	4	3:33	
Wechsel S -> R	0.26	1:23	5:19	1	-	2	0:03	2.16	27:35	12:46	1	-	4	3:36	
Schwimmen □□□	2.16	27:35	12:46	1	-	4	3:36	2.16	27:35	12:46	1	-	4	3:36	
Rad netto	93.00	2:26:28	1:34	2	6:55	4	31:53	95.16	2:54:03	1:49	2	3:15	4	26:47	
Wechsel R -> L	0.13	0:51	6:32	1	-	3	0:10	95.29	2:54:54	1:50	2	2:39	3	2:39	
Radfahren □□□	93.13	2:27:19	1:34	2	6:19	3	6:19	95.29	2:54:54	1:50	2	2:39	3	2:39	
Lauf	21.50	1:19:28	3:41	1	-	2	1:18	116.79	4:14:22	2:10	1	-	3	1:32	