



**Erkner Triathlon**  
Erkner / 10.09.2017

□□□□

**NABU**

□□□: 4:46:56

□□: NABU

□□: 207

□□: 116.79 km

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

□□□□□/□□□: 2 (of 5)

□□□□□/□□□: 2 (of 5)

□□□□□□: 4:33:01

□□□□:

Staffel

□□□□□: 2(of 5)

□□□□□□□: 4:33:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□	□□ □□	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□	□□ □□
Schwimmen nett	1.90	36:14	19:04	3	6:26	3	6:26	1.90	36:14	19:04	3	6:26	3	6:26	
Wechsel S -> R	0.26	1:47	6:51	4	0:35	4	0:35	2.16	38:01	17:36	4	7:01	4	7:01	
Schwimmen □□□	2.16	38:01	17:36	4	7:01	4	7:01	2.16	38:01	17:36	4	7:01	4	7:01	
Rad netto	93.00	2:38:25	1:42	3	11:28	3	11:28	95.16	3:16:26	2:03	3	11:35	3	11:35	
Wechsel R -> L	0.13	0:46	5:53	1	-	1	-	95.29	3:17:12	2:04	3	11:30	3	11:30	
Radfahren □□□	93.13	2:39:11	1:42	2	11:23	2	11:23	95.29	3:17:12	2:04	3	11:30	3	11:30	
Lauf	21.50	1:29:44	4:10	2	2:25	2	2:25	116.79	4:46:56	2:27	2	13:55	2	13:55	