



□□□□

GRAFF, André

□□□: 4:57:41

□□: Berliner TSC

□□: 100

□□: 116.79 km

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

□□□□□/□□□: 38 (of 154)

□□□□□/□: 38 (of 137)

□□□□□□: 4:12:50

□□□□:

SEN4 / TM 55

□□□□□: 1(of 7)

□□□□□□□: 4:57:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.90	31:22	16:30	3	4:47	36	8:43	1.90	31:22	16:30	3	4:47	36	8:43
Wechsel S -> R	0.26	2:53	11:05	1	-	53	1:33	2.16	34:15	15:51	2	2:22	40	10:16
Schwimmen □□□	2.16	34:15	15:51	2	2:22	40	10:16	2.16	34:15	15:51	2	2:22	40	10:16
Rad netto	93.00	2:41:50	1:44	1	-	36	47:15	95.16	3:16:05	2:03	1	-	39	48:49
Wechsel R -> L	0.13	1:59	15:15	3	0:17	74	1:18	95.29	3:18:04	2:04	1	-	37	25:49
Radfahren □□□	93.13	2:43:49	1:45	1	-	35	22:49	95.29	3:18:04	2:04	1	-	37	25:49
Lauf	21.50	1:39:37	4:37	1	-	50	21:27	116.79	4:57:41	2:32	1	-	38	44:51