



□□□□

SACHSE, Steffen

□□□: 5:12:16

□□: Berliner TSC

□□: 10

□□: 116.79 km

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

□□□□□/□□□: 57 (of 154)

□□□□□/□: 55 (of 137)

□□□□□□: 4:12:50

□□□□:

SEN3 / TM 50

□□□□□: 7(of 24)

□□□□□□□: 4:34:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.90	31:38	16:38	8	6:18	43	8:59	1.90	31:38	16:38	8	6:18	43	8:59
Wechsel S -> R	0.26	2:32	9:44	4	0:39	35	1:12	2.16	34:10	15:49	7	6:57	39	10:11
Schwimmen □□□	2.16	34:10	15:49	7	6:57	39	10:11	2.16	34:10	15:49	7	6:57	39	10:11
Rad netto	93.00	2:54:38	1:52	11	1:00:03	72	1:00:03	95.16	3:28:48	2:11	10	1:01:32	62	1:01:32
Wechsel R -> L	0.13	2:01	15:30	10	0:55	75	1:20	95.29	3:30:49	2:12	9	32:58	60	38:34
Radfahren □□□	93.13	2:56:39	1:53	10	26:01	72	35:39	95.29	3:30:49	2:12	9	32:58	60	38:34
Lauf	21.50	1:41:27	4:43	7	11:23	57	23:17	116.79	5:12:16	2:40	7	38:07	55	59:26