



□□□□

BRUNOW, Henry

□□: Zeuthen

□□: 144

□□: 116.79 km

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

□□□□:

SEN3 / TM 50

□□□□□/□□□: DNF (of 154)

□□□□□/□: DNF (of 137)

□□□□□□: 4:12:50

□□□□□: DNF(of 24)

□□□□□□□: 4:34:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.90	34:47	18:18	11	9:27	81	12:08	1.90	34:47	18:18	11	9:27	81	12:08
Wechsel S -> R	0.26	4:34	17:33	17	2:41	109	3:14	2.16	39:21	18:13	12	12:08	86	15:22
Schwimmen □□□	2.16	39:21	18:13	12	12:08	86	15:22	2.16	39:21	18:13	12	12:08	86	15:22
Rad netto	93.00	2:57:53	1:54	13	1:03:18	80	1:03:18	95.16	3:37:14	2:16	13	1:09:58	80	1:09:58
Wechsel R -> L	0.13	2:44	21:01	18	1:38	110	2:03	95.29	3:39:58	2:18	12	42:07	80	47:43
Radfahren □□□	93.13	3:00:37	1:56	12	29:59	79	39:37	95.29	3:39:58	2:18	12	42:07	80	47:43
Lauf	21.50	fehlt!	-	-	-	-	-	116.79	-	-	-	-	-	-