



Erkner Triathlon  
Erkner / 10.09.2017

0000

IWANOWITSCH, Markus

000: 5:19:54

00: Birkenau-Reisen (ODW.)

00: 93

00: 116.79 km

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

00000/000: 67 (of 154)

00000/0: 63 (of 137)

000000: 4:12:50

0000:

SEN1 / TM 40

00000: 9(of 20)

0000000: 4:12:50

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Schwimmen nett	1.90	31:54	16:47	7	5:21	46	9:15	1.90	31:54	16:47	7	5:21	46	9:15
Wechsel S -> R	0.26	3:05	11:51	10	1:29	62	1:45	2.16	34:59	16:11	8	6:35	50	11:00
Schwimmen 000	2.16	34:59	16:11	8	6:35	50	11:00	2.16	34:59	16:11	8	6:35	50	11:00
Rad netto	93.00	3:03:59	1:58	18	42:05	104	1:09:24	95.16	3:38:58	2:18	15	46:46	85	1:11:42
Wechsel R -> L	0.13	3:16	25:07	18	2:30	121	2:35	95.29	3:42:14	2:19	15	49:16	86	49:59
Radfahren 000	93.13	3:07:15	2:00	18	44:35	106	46:15	95.29	3:42:14	2:19	15	49:16	86	49:59
Lauf	21.50	1:37:40	4:32	4	17:48	40	19:30	116.79	5:19:54	2:44	9	1:07:04	63	1:07:04