



□□□□

FRIEBE, Nora Elia

□□□: 5:49:32

□□: Leipzig

□□: 118

□□: 116.79 km

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

□□□□□/□□□: 117 (of 154)

□□□□□/□: 8 (of 17)

□□□□□□: 5:01:22

□□□□:

AK1 / TW 20

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 5:49:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.90	43:23	22:50	1	-	15	15:25	1.90	43:23	22:50	1	-	15	15:25
Wechsel S -> R	0.26	6:23	24:33	1	-	17	4:27	2.16	49:46	23:02	1	-	15	19:28
Schwimmen □□□	2.16	49:46	23:02	1	-	15	19:28	2.16	49:46	23:02	1	-	15	19:28
Rad netto	93.00	3:09:13	2:02	1	-	10	21:19	95.16	3:58:59	2:30	1	-	14	36:16
Wechsel R -> L	0.13	2:51	21:55	1	-	13	1:39	95.29	4:01:50	2:32	1	-	14	37:25
Radfahren □□□	93.13	3:12:04	2:03	1	-	11	22:28	95.29	4:01:50	2:32	1	-	14	37:25
Lauf	21.50	1:47:42	5:00	1	-	6	13:00	116.79	5:49:32	2:59	1	-	8	48:10