



Erkner

SCHMIDT, Martin

Erkner: 1:12:01

Erkner: Zeppelin - Team

Erkner: 652

Erkner: 32.69 km

Jedermann/Sprint (0,7/28/3,6 km)

Erkner/Erkner: 5 (of 238)

Erkner/Erkner: 5 (of 171)

Erkner/Erkner: 1:08:20

Erkner:

Erkner: 1(of 20)

SEN3 / TM 50

Erkner/Erkner: 1:12:01

Erkner

Erkner

Erkner

Erkner	km	km	min/km	-	-	h	h	km	km	min/km	-	-	h	h
	km	km	min/km	-	-	h	h	km	km	min/km	-	-	h	h
Schwimmen nett	0.70	10:55	15:35	3	0:50	17	3:48	0.70	10:55	15:35	3	0:50	17	3:48
Wechsel S -> R	0.26	1:57	7:30	2	0:10	15	0:43	0.96	12:52	13:24	3	0:31	14	4:29
Schwimmen Erkner	0.96	12:52	13:24	3	0:31	14	4:29	0.96	12:52	13:24	3	0:31	14	4:29
Rad netto	28.00	46:01	1:38	1	-	5	45:10	28.96	58:53	2:01	1	-	6	42:27
Wechsel R -> L	0.13	0:49	6:16	3	0:01	21	0:13	29.09	59:42	2:03	1	-	5	2:36
Radfahren Erkner	28.13	46:50	1:39	1	-	4	1:20	29.09	59:42	2:03	1	-	5	2:36
Lauf	3.60	12:19	3:25	1	-	9	1:05	32.69	1:12:01	2:12	1	-	5	3:41