



Erkner

KÖNIG, Matthias

Erkner: 1:16:29

Erkner: Berlin

Erkner: 862

Erkner: 32.69 km

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

Erkner/Erkner: 21 (of 238)

Erkner/Erkner: 21 (of 171)

Erkner/Erkner: 1:08:20

Erkner:

Erkner: 5(of 32)

AK4 / TM 35

Erkner/Erkner: 1:12:09

Erkner

Erkner

Erkner

Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner
	km	Erkner	min/km	-	-	Erkner	Erkner	km	Erkner	min/km	-	-	Erkner	Erkner
Schwimmen nett	0.70	12:03	17:12	8	2:22	36	4:56	0.70	12:03	17:12	8	2:22	36	4:56
Wechsel S -> R	0.26	1:40	6:24	1	-	4	0:26	0.96	13:43	14:17	7	1:23	23	5:20
Schwimmen Erkner	0.96	13:43	14:17	7	1:23	23	5:20	0.96	13:43	14:17	7	1:23	23	5:20
Rad netto	28.00	48:50	1:44	7	4:14	38	47:59	28.96	1:02:33	2:09	6	3:36	28	46:07
Wechsel R -> L	0.13	0:49	6:16	2	0:02	21	0:13	29.09	1:03:22	2:10	5	3:26	24	6:16
Radfahren Erkner	28.13	49:39	1:45	6	4:03	36	4:09	29.09	1:03:22	2:10	5	3:26	24	6:16
Lauf	3.60	13:07	3:38	5	0:55	19	1:53	32.69	1:16:29	2:20	5	4:20	21	8:09