



Erkner

REICHERT, Christian

Erkner: 1:20:00

Erkner: Berlin

Erkner: 833

Erkner: 32.69 km

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

Erkner/Erkner: 45 (of 238)

Erkner/Erkner: 45 (of 171)

Erkner/Erkner: 1:08:20

Erkner:

Erkner: 8(of 20)

SEN3 / TM 50

Erkner/Erkner: 1:12:01

Erkner

Erkner

Erkner

Erkner	km	km	min/km	-	-	km	km	km	km	min/km	-	-	km	km
Schwimmen nett	0.70	10:05	14:24	1	-	8	2:58	0.70	10:05	14:24	1	-	8	2:58
Wechsel S -> R	0.26	2:40	10:15	14	0:53	68	1:26	0.96	12:45	13:16	2	0:24	12	4:22
Schwimmen Erkner	0.96	12:45	13:16	2	0:24	12	4:22	0.96	12:45	13:16	2	0:24	12	4:22
Rad netto	28.00	49:53	1:46	9	3:52	47	49:02	28.96	1:02:38	2:09	7	3:45	30	46:12
Wechsel R -> L	0.13	1:13	9:21	12	0:25	83	0:37	29.09	1:03:51	2:11	7	4:09	30	6:45
Radfahren Erkner	28.13	51:06	1:48	9	4:16	46	5:36	29.09	1:03:51	2:11	7	4:09	30	6:45
Lauf	3.60	16:09	4:29	14	3:50	103	4:55	32.69	1:20:00	2:26	8	7:59	45	11:40