



Erkner

RUGEbrother

Erkner: 2:26:17

Erkner: RUGEbrother

Erkner: 574

Erkner: 51.89 km

Olympisch Staffel (1,5/40/10 km)

Erkner/Erkner: 8 (of 30)

Erkner/Erkner: 8 (of 30)

Erkner: 2:07:53

Erkner:

Erkner: 8(of 30)

Staffel

Erkner: 2:07:53

Erkner

Erkner

Erkner

Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner
	km	min	min/km	-	-	Erkner	Erkner	km	min	min/km	-	-	Erkner	Erkner
Schwimmen nett	1.50	29:42	19:48	13	6:51	13	6:51	1.50	29:42	19:48	13	6:51	13	6:51
Wechsel S -> R	0.26	1:17	4:56	12	0:15	12	0:15	1.76	30:59	17:36	14	6:48	14	6:48
Schwimmen Erkner	1.76	30:59	17:36	14	6:48	14	6:48	1.76	30:59	17:36	14	6:48	14	6:48
Rad netto	40.00	1:10:30	1:45	16	9:32	16	9:32	41.76	1:41:29	2:25	12	15:47	12	15:47
Wechsel R -> L	0.13	0:45	5:46	9	0:14	9	0:14	41.89	1:42:14	2:26	12	15:43	12	15:43
Radfahren Erkner	40.13	1:11:15	1:46	16	9:28	16	9:28	41.89	1:42:14	2:26	12	15:43	12	15:43
Lauf	10.00	44:03	4:24	6	5:57	6	5:57	51.89	2:26:17	2:49	8	18:24	8	18:24