



Erkner

ERNY, Thomas

Erkner: 2:30:10

Erkner: Triathlon Nordhausen Academy of Life e.V.

Erkner: 556

Erkner: 51.89 km

Olympisch (1,5/40/10 km)

Erkner/Erkner: 40 (of 233)

Erkner/Erkner: 40 (of 179)

Erkner: 2:04:10

Erkner:

SEN3 / TM 50

Erkner: 2(of 22)

Erkner: 2:27:52

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	33:25	22:16	13	7:06	110	12:49	1.50	33:25	22:16	13	7:06	110	12:49
Wechsel S -> R	0.26	2:29	9:33	6	0:37	42	1:04	1.76	35:54	20:23	12	7:40	94	13:05
Schwimmen Erkner	1.76	35:54	20:23	12	7:40	94	13:05	1.76	35:54	20:23	12	7:40	94	13:05
Rad netto	40.00	1:07:34	1:41	4	2:21	18	6:21	41.76	1:43:28	2:28	5	6:07	47	16:51
Wechsel R -> L	0.13	0:59	7:33	2	0:01	18	0:16	41.89	1:44:27	2:29	4	5:51	44	17:07
Radfahren Erkner	40.13	1:08:33	1:42	4	2:05	18	6:37	41.89	1:44:27	2:29	4	5:51	44	17:07
Lauf	10.00	45:43	4:34	3	4:15	43	9:11	51.89	2:30:10	2:53	2	2:18	40	26:00