



Erkner

WAGNER, Mandy

Erkner: 1:29:03

Erkner: Importante Marketing

Erkner: 622

Erkner: 32.69 km

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

Erkner/Erkner: 99 (of 238)

Erkner/Erkner: 14 (of 67)

Erkner/Erkner: 1:21:00

Erkner:

Erkner: 2(of 12)

AK4 / TW 35

Erkner/Erkner: 1:24:44

Erkner

Erkner

Erkner

Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner
Erkner	km	Erkner	min/km	-	-	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner
Schwimmen nett	0.70	15:19	21:52	3	2:39	25	5:31	0.70	15:19	21:52	3	2:39	25	5:31
Wechsel S -> R	0.26	2:30	9:36	1	-	9	0:31	0.96	17:49	18:33	3	2:24	19	5:58
Schwimmen Erkner	0.96	17:49	18:33	3	2:24	19	5:58	0.96	17:49	18:33	3	2:24	19	5:58
Rad netto	28.00	53:37	1:54	1	-	7	1:47	28.96	1:11:26	2:27	2	1:39	14	6:23
Wechsel R -> L	0.13	1:31	11:39	9	0:50	43	0:50	29.09	1:12:57	2:30	2	1:54	14	7:02
Radfahren Erkner	28.13	55:08	1:57	1	-	8	1:49	29.09	1:12:57	2:30	2	1:54	14	7:02
Lauf	3.60	16:06	4:28	3	2:25	15	2:25	32.69	1:29:03	2:43	2	4:19	14	8:03