



Erkner

InterSpine

Erkner: 2:27:52

Erkner: InterSpine

Erkner: 586

Erkner: 51.89 km

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

Erkner/Erkner: 9 (of 30)

Erkner/Erkner: 9 (of 30)

Erkner: 2:07:53

Erkner:

Erkner: 9(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	22:51	15:14	1	-	1	-	1.50	22:51	15:14	1	-	1	-
Wechsel S -> R	0.26	1:20	5:07	14	0:18	14	0:18	1.76	24:11	13:44	1	-	1	-
Schwimmen Erkner	1.76	24:11	13:44	1	-	1	-	1.76	24:11	13:44	1	-	1	-
Rad netto	40.00	1:12:16	1:48	18	11:18	18	11:18	41.76	1:36:27	2:18	7	10:45	7	10:45
Wechsel R -> L	0.13	0:52	6:40	18	0:21	18	0:21	41.89	1:37:19	2:19	7	10:48	7	10:48
Radfahren Erkner	40.13	1:13:08	1:49	18	11:21	18	11:21	41.89	1:37:19	2:19	7	10:48	7	10:48
Lauf	10.00	50:33	5:03	12	12:27	12	12:27	51.89	2:27:52	2:50	9	19:59	9	19:59