



Erkner

RIECHERT, Marcus

Erkner: 1:43:46

Erkner: Greifswald

Erkner: 870

Erkner: 32.69 km

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

Erkner/Erkner: 187 (of 238)

Erkner/Erkner: 147 (of 171)

Erkner/Erkner: 1:08:20

Erkner:

Erkner: 24(of 25)

SEN1 / TM 40

Erkner/Erkner: 1:13:30

Erkner

Erkner

Erkner

Erkner	km	min/km	-	-	Erkner	Erkner	Erkner	km	min/km	-	-	Erkner	Erkner	
	km	min/km	-	-	Erkner	Erkner	Erkner	km	min/km	-	-	Erkner	Erkner	
Schwimmen nett	0.70	19:47	28:15	25	9:34	163	12:40	0.70	19:47	28:15	25	9:34	163	12:40
Wechsel S -> R	0.26	6:44	25:53	25	4:50	164	5:30	0.96	26:31	27:37	25	14:06	167	18:08
Schwimmen Erkner	0.96	26:31	27:37	25	14:06	167	18:08	0.96	26:31	27:37	25	14:06	167	18:08
Rad netto	28.00	58:12	2:04	19	57:21	128	57:21	28.96	1:24:43	2:55	23	1:08:17	150	1:08:17
Wechsel R -> L	0.13	1:51	14:13	19	0:59	140	1:15	29.09	1:26:34	2:58	24	26:32	154	29:28
Radfahren Erkner	28.13	1:00:03	2:08	19	12:26	132	14:33	29.09	1:26:34	2:58	24	26:32	154	29:28
Lauf	3.60	17:12	4:46	22	3:50	128	5:58	32.69	1:43:46	3:10	24	30:16	148	35:26