



Erkner

GREGORI, Jan

Erkner: 2:38:03

Erkner: Fredersdorf

Erkner: 317

Erkner: 51.89 km

Olympisch (1,5/40/10 km)

Erkner/Erkner: 78 (of 233)

Erkner/Erkner: 75 (of 179)

Erkner: 2:04:10

Erkner:

SEN2 / TM 45

Erkner: 15(of 39)

Erkner: 2:19:54

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	33:20	22:13	24	10:45	109	12:44	1.50	33:20	22:13	24	10:45	109	12:44
Wechsel S -> R	0.26	3:16	12:33	21	1:21	95	1:51	1.76	36:36	20:47	24	11:08	107	13:47
Schwimmen Erkner	1.76	36:36	20:47	24	11:08	107	13:47	1.76	36:36	20:47	24	11:08	107	13:47
Rad netto	40.00	1:11:21	1:47	13	8:00	54	10:08	41.76	1:47:57	2:35	19	16:58	79	21:20
Wechsel R -> L	0.13	1:31	11:39	16	0:37	83	0:48	41.89	1:49:28	2:36	17	17:20	75	22:08
Radfahren Erkner	40.13	1:12:52	1:48	12	8:22	54	10:56	41.89	1:49:28	2:36	17	17:20	75	22:08
Lauf	10.00	48:35	4:51	17	7:03	73	12:03	51.89	2:38:03	3:02	15	18:09	75	33:53