



# Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 08.09.2018

Erkner

## Helmecke, Chris

Erkner: Hoppegarten

Erkner: 1206

Erkner: 10.00 km

Erkner Stadtlauf 10 km

Erkner:

AK3 / TW 30

Erkner: 48:55

Erkner: 12.27 km/h

Erkner: 4:53 min/km

Erkner/Erkner: 10 (of 29)

Erkner/Erkner: 9 (of 17)

Erkner: 35:06

Erkner: 1(of 3)

Erkner: 48:55

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
Erkner 1	0.30	1:18	4:20	1	-	5	0:14	0.30	1:18	4:20	1	-	5	0:14
Erkner Erkner	9.70	47:37	4:54	1	-	10	13:35	10.00	48:55	4:53	1	-	9	13:49