



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

□□□□

Pohlisch, Georg

□□□: 2:53:19

□□: Berlin

□□: 281

□□: 51.89 km

Olympisch

□□□□:

AK3 / TM 30

□□□□□/□□□: 102 (of 236)

□□□□□/□: 93 (of 198)

□□□□□□: 2:14:41

□□□□□: 23(of 45)

□□□□□□□: 2:14:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	37:05	24:43	17	12:23	82	12:23	1.50	37:05	24:43	17	12:23	82	12:23	
Wechsel S -> R	0.26	4:01	15:26	30	2:41	147	2:41	1.76	41:06	23:21	19	14:11	95	14:11	
Schwimmen □□□	1.76	41:06	23:21	19	14:11	95	14:11	1.76	41:06	23:21	19	14:11	95	14:11	
Rad netto	40.00	1:17:22	1:56	27	14:58	116	14:58	41.76	1:58:28	2:50	23	28:05	103	28:05	
Wechsel R -> L	0.13	2:03	15:46	29	1:12	132	1:17	41.89	2:00:31	2:52	22	28:49	103	28:49	
Rad □□□	40.13	1:19:25	1:58	27	16:10	115	16:10	41.89	2:00:31	2:52	22	28:49	103	28:49	
Lauf	10.00	52:48	5:16	24	11:17	82	14:37	51.89	2:53:19	3:20	23	38:38	93	38:38	