



# Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

□□□□

Preußner, Jürgen

□□□: 2:56:35

□□: Berlin

□□: 285

□□: 51.89 km

Olympisch

□□□□:

SEN3 / TM 50

□□□□□/□□□: 125 (of 236)

□□□□□/□: 113 (of 198)

□□□□□□: 2:14:41

□□□□□: 13(of 25)

□□□□□□□: 2:15:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	35:37	23:44	8	7:57	62	10:55	1.50	35:37	23:44	8	7:57	62	10:55
Wechsel S -> R	0.26	5:22	20:38	24	3:39	176	4:02	1.76	40:59	23:17	12	11:36	93	14:04
Schwimmen □□□	1.76	40:59	23:17	12	11:36	93	14:04	1.76	40:59	23:17	12	11:36	93	14:04
Rad netto	40.00	1:20:09	2:00	18	13:27	134	17:45	41.76	2:01:08	2:54	16	25:03	119	30:45
Wechsel R -> L	0.13	1:56	14:52	17	1:10	118	1:10	41.89	2:03:04	2:56	14	26:13	116	31:22
Rad □□□	40.13	1:22:05	2:02	19	14:37	136	18:50	41.89	2:03:04	2:56	14	26:13	116	31:22
Lauf	10.00	53:31	5:21	10	15:20	87	15:20	51.89	2:56:35	3:24	13	41:33	113	41:54