



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Schönian, Jesko

Erkner: 3:01:10

Erkner: Töplitz

Erkner: 310

Erkner: 51.89 km

Olympisch

Erkner:

SEN1 / TM 40

Erkner/Erkner: 143 (of 236)

Erkner/Erkner: 130 (of 198)

Erkner: 2:14:41

Erkner: 17(of 28)

Erkner: 2:29:21

Erkner

Erkner

Erkner

Erkner	km	km	min/km	-	-	km	km	km	km	min/km	-	-	km	km
Schwimmen nett	1.50	40:57	27:18	24	12:01	146	16:15	1.50	40:57	27:18	24	12:01	146	16:15
Wechsel S -> R	0.26	4:01	15:26	21	1:59	147	2:41	1.76	44:58	25:32	25	14:00	147	18:03
Schwimmen Erkner	1.76	44:58	25:32	25	14:00	147	18:03	1.76	44:58	25:32	25	14:00	147	18:03
Rad netto	40.00	1:22:59	2:04	24	16:04	159	20:35	41.76	2:07:57	3:03	25	26:28	158	37:34
Wechsel R -> L	0.13	1:23	10:38	7	0:17	53	0:37	41.89	2:09:20	3:05	24	26:44	151	37:38
Rad Erkner	40.13	1:24:22	2:06	23	16:20	154	21:07	41.89	2:09:20	3:05	24	26:44	151	37:38
Lauf	10.00	51:50	5:11	10	9:11	74	13:39	51.89	3:01:10	3:29	17	31:49	130	46:29