



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Becker, Jan-Ole

Erkner: 3:02:46

Erkner: Berlin

Erkner: 134

Erkner: 51.89 km

Olympisch

Erkner:

AK1 / TM 20

Erkner/Erkner: 148 (of 236)

Erkner/Erkner: 134 (of 198)

Erkner: 2:14:41

Erkner: 7(of 11)

Erkner: 2:33:33

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	40:48	27:11	6	8:54	141	16:06	1.50	40:48	27:11	6	8:54	141	16:06
Wechsel S -> R	0.26	3:41	14:09	7	1:51	130	2:21	1.76	44:29	25:16	6	10:45	141	17:34
Schwimmen Erkner	1.76	44:29	25:16	6	10:45	141	17:34	1.76	44:29	25:16	6	10:45	141	17:34
Rad netto	40.00	1:19:59	1:59	7	9:42	132	17:35	41.76	2:04:28	2:58	7	20:27	141	34:05
Wechsel R -> L	0.13	2:38	20:15	11	1:46	163	1:52	41.89	2:07:06	3:02	7	22:13	143	35:24
Rad Erkner	40.13	1:22:37	2:03	9	11:28	144	19:22	41.89	2:07:06	3:02	7	22:13	143	35:24
Lauf	10.00	55:40	5:33	9	9:04	119	17:29	51.89	3:02:46	3:31	7	29:13	134	48:05