



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

0000

Bellin, Lutz

000: 3:03:11

00: Frankfurt Oder

00: 135

00: 51.89 km

Olympisch

0000:

SEN2 / TM 45

00000/000: 149 (of 236)

00000/0: 135 (of 198)

000000: 2:14:41

00000: 21(of 28)

0000000: 2:23:41

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Schwimmen nett	1.50	33:26	22:17	8	6:12	42	8:44	1.50	33:26	22:17	8	6:12	42	8:44
Wechsel S -> R	0.26	3:48	14:36	20	2:08	138	2:28	1.76	37:14	21:09	8	7:38	44	10:19
Schwimmen 000	1.76	37:14	21:09	8	7:38	44	10:19	1.76	37:14	21:09	8	7:38	44	10:19
Rad netto	40.00	1:30:03	2:15	24	21:40	179	27:39	41.76	2:07:17	3:02	22	29:10	149	36:54
Wechsel R -> L	0.13	2:02	15:38	13	1:12	131	1:16	41.89	2:09:19	3:05	22	30:22	150	37:37
Rad 000	40.13	1:32:05	2:17	24	22:52	176	28:50	41.89	2:09:19	3:05	22	30:22	150	37:37
Lauf	10.00	53:52	5:23	12	11:04	95	15:41	51.89	3:03:11	3:31	21	39:30	135	48:30