



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Sturmfels, Marco

Erkner: 3:05:41

Erkner: Schwedt

Erkner: 330

Erkner: 51.89 km

Olympisch

Erkner:

AK3 / TM 30

Erkner/Erkner: 164 (of 236)

Erkner/Erkner: 145 (of 198)

Erkner: 2:14:41

Erkner: 33(of 45)

Erkner: 2:14:41

Erkner

Erkner

Erkner

	km	min/km	-	-	min/km	min/km	min/km	km	min/km	min/km	-	-	min/km	min/km
Schwimmen nett	1.50	40:50	27:13	30	16:08	144	16:08	1.50	40:50	27:13	30	16:08	144	16:08
Wechsel S -> R	0.26	4:30	17:18	35	3:10	164	3:10	1.76	45:20	25:45	30	18:25	148	18:25
Schwimmen	1.76	45:20	25:45	30	18:25	148	18:25	1.76	45:20	25:45	30	18:25	148	18:25
Rad netto	40.00	1:15:59	1:53	24	13:35	96	13:35	41.76	2:01:19	2:54	25	30:56	121	30:56
Wechsel R -> L	0.13	2:04	15:53	30	1:13	134	1:18	41.89	2:03:23	2:56	25	31:41	117	31:41
Rad	40.13	1:18:03	1:56	25	14:48	97	14:48	41.89	2:03:23	2:56	25	31:41	117	31:41
Lauf	10.00	1:02:18	6:13	37	20:47	160	24:07	51.89	3:05:41	3:34	33	51:00	145	51:00