



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

□□□□

Lagemann, Godo

□□□: 3:07:03

□□: Berlin

□□: 246

□□: 51.89 km

Olympisch

□□□□:

SEN3 / TM 50

□□□□□/□□□: 171 (of 236)

□□□□□/□: 150 (of 198)

□□□□□□: 2:14:41

□□□□□: 20(of 25)

□□□□□□□: 2:15:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	39:37	26:24	16	11:57	119	14:55	1.50	39:37	26:24	16	11:57	119	14:55	
Wechsel S -> R	0.26	4:23	16:51	23	2:40	163	3:03	1.76	44:00	25:00	19	14:37	132	17:05	
Schwimmen □□□	1.76	44:00	25:00	19	14:37	132	17:05	1.76	44:00	25:00	19	14:37	132	17:05	
Rad netto	40.00	1:17:02	1:55	14	10:20	112	14:38	41.76	2:01:02	2:53	14	24:57	116	30:39	
Wechsel R -> L	0.13	2:53	22:10	22	2:07	172	2:07	41.89	2:03:55	2:57	16	27:04	121	32:13	
Rad □□□	40.13	1:19:55	1:59	16	12:27	122	16:40	41.89	2:03:55	2:57	16	27:04	121	32:13	
Lauf	10.00	1:03:08	6:18	22	24:57	163	24:57	51.89	3:07:03	3:36	20	52:01	150	52:22	