



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

□□□□

Dix, Anja

□□□: 3:06:10

□□: Berlin

□□: 167

□□: 51.89 km

Olympisch

□□□□□/□□□: 168 (of 236)

□□□□□/□: 20 (of 38)

□□□□□□: 2:37:05

□□□□:

AK3 / TW 30

□□□□□: 4(of 10)

□□□□□□□: 2:47:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	39:39	26:26	5	4:59	19	14:05	1.50	39:39	26:26	5	4:59	19	14:05
Wechsel S -> R	0.26	4:03	15:34	6	1:50	27	2:47	1.76	43:42	24:49	3	4:21	18	14:10
Schwimmen □□□	1.76	43:42	24:49	3	4:21	18	14:10	1.76	43:42	24:49	3	4:21	18	14:10
Rad netto	40.00	1:23:40	2:05	3	6:42	20	11:01	41.76	2:07:22	3:02	3	11:03	21	23:01
Wechsel R -> L	0.13	2:08	16:24	7	0:57	28	1:11	41.89	2:09:30	3:05	3	11:27	21	24:12
Rad □□□	40.13	1:25:48	2:08	3	7:06	21	11:36	41.89	2:09:30	3:05	3	11:27	21	24:12
Lauf	10.00	56:40	5:39	6	7:37	14	7:37	51.89	3:06:10	3:35	4	18:37	20	29:05