



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

□□□□

Sültmann, Ullrich

□□□: 3:15:29

□□: Klipphausen/Gauernitz

□□: 331

□□: 51.89 km

Olympisch

□□□□:

SEN5 / TM 60

□□□□□/□□□: 192 (of 236)

□□□□□/□: 165 (of 198)

□□□□□□: 2:14:41

□□□□□: 6(of 7)

□□□□□□□: 2:33:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	43:57	29:18	5	14:38	165	19:15	1.50	43:57	29:18	5	14:38	165	19:15
Wechsel S -> R	0.26	3:37	13:54	5	1:42	124	2:17	1.76	47:34	27:01	5	16:20	162	20:39
Schwimmen □□□	1.76	47:34	27:01	5	16:20	162	20:39	1.76	47:34	27:01	5	16:20	162	20:39
Rad netto	40.00	1:24:10	2:06	6	12:08	163	21:46	41.76	2:11:44	3:09	6	28:28	171	41:21
Wechsel R -> L	0.13	1:49	13:58	6	0:40	104	1:03	41.89	2:13:33	3:11	6	29:04	165	41:51
Rad □□□	40.13	1:25:59	2:08	6	12:44	162	22:44	41.89	2:13:33	3:11	6	29:04	165	41:51
Lauf	10.00	1:01:56	6:11	7	13:22	158	23:45	51.89	3:15:29	3:46	6	42:26	166	1:00:48