



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

□□□□

Kossielny, Thomas

□□□: 3:16:17

□□: Berlin

□□: 235

□□: 51.89 km

Olympisch

□□□□:

SEN3 / TM 50

□□□□□/□□□: 194 (of 236)

□□□□□/□: 166 (of 198)

□□□□□□: 2:14:41

□□□□□: 23(of 25)

□□□□□□□: 2:15:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	42:25	28:16	22	14:45	155	17:43	1.50	42:25	28:16	22	14:45	155	17:43	
Wechsel S -> R	0.26	3:26	13:12	12	1:43	114	2:06	1.76	45:51	26:03	22	16:28	151	18:56	
Schwimmen □□□	1.76	45:51	26:03	22	16:28	151	18:56	1.76	45:51	26:03	22	16:28	151	18:56	
Rad netto	40.00	1:25:40	2:08	24	18:58	170	23:16	41.76	2:11:31	3:08	23	35:26	169	41:08	
Wechsel R -> L	0.13	2:55	22:26	24	2:09	175	2:09	41.89	2:14:26	3:12	23	37:35	169	42:44	
Rad □□□	40.13	1:28:35	2:12	24	21:07	169	25:20	41.89	2:14:26	3:12	23	37:35	169	42:44	
Lauf	10.00	1:01:51	6:11	20	23:40	157	23:40	51.89	3:16:17	3:46	23	1:01:15	167	1:01:36	