



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

□□□□

Jensch, Carsten

□□□: 3:18:50

□□: Tempelberg

□□: 216

□□: 51.89 km

Olympisch

□□□□:

AK4 / TM 35

□□□□□/□□□: 198 (of 236)

□□□□□/□: 169 (of 198)

□□□□□□: 2:14:41

□□□□□: 26(of 30)

□□□□□□□: 2:17:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	41:29	27:39	24	13:30	148	16:47	1.50	41:29	27:39	24	13:30	148	16:47	
Wechsel S -> R	0.26	2:41	10:19	8	0:52	52	1:21	1.76	44:10	25:05	23	14:22	135	17:15	
Schwimmen □□□	1.76	44:10	25:05	23	14:22	135	17:15	1.76	44:10	25:05	23	14:22	135	17:15	
Rad netto	40.00	1:27:43	2:11	26	22:23	174	25:19	41.76	2:11:53	3:09	27	35:40	172	41:30	
Wechsel R -> L	0.13	1:59	15:15	24	1:06	126	1:13	41.89	2:13:52	3:11	26	36:38	167	42:10	
Rad □□□	40.13	1:29:42	2:14	26	23:21	172	26:27	41.89	2:13:52	3:11	26	36:38	167	42:10	
Lauf	10.00	1:04:58	6:29	28	24:28	176	26:47	51.89	3:18:50	3:49	26	1:01:06	170	1:04:09	