



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

□□□□

Sitta, Julien

□□□: 3:35:20

□□: Berlin

□□: 320

□□: 51.89 km

Olympisch

□□□□:

AK3 / TM 30

□□□□□/□□□: 215 (of 236)

□□□□□/□: 182 (of 198)

□□□□□□: 2:14:41

□□□□□: 41(of 45)

□□□□□□□: 2:14:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	44:03	29:21	41	19:21	166	19:21	1.50	44:03	29:21	41	19:21	166	19:21	
Wechsel S -> R	0.26	6:25	24:40	42	5:05	187	5:05	1.76	50:28	28:40	40	23:33	177	23:33	
Schwimmen □□□	1.76	50:28	28:40	40	23:33	177	23:33	1.76	50:28	28:40	40	23:33	177	23:33	
Rad netto	40.00	1:35:33	2:23	41	33:09	184	33:09	41.76	2:26:01	3:29	39	55:38	181	55:38	
Wechsel R -> L	0.13	3:31	27:03	41	2:40	181	2:45	41.89	2:29:32	3:34	39	57:50	181	57:50	
Rad □□□	40.13	1:39:04	2:28	41	35:49	183	35:49	41.89	2:29:32	3:34	39	57:50	181	57:50	
Lauf	10.00	1:05:48	6:34	40	24:17	182	27:37	51.89	3:35:20	4:08	41	1:20:39	184	1:20:39	