



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Kelling, Fabian

Erkner: 5:17:50

Erkner: Berlin

Erkner: 31

Erkner: 116.79 km

Mittel Distanz

Erkner/Erkner: 12 (of 87)

Erkner/Erkner: 12 (of 76)

Erkner: 4:35:09

Erkner:

AK3 / TM 30

Erkner: 2(of 17)

Erkner: 5:03:54

Erkner

Erkner

Erkner

Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner
	km	Erkner	min/km	-	-	Erkner	Erkner	km	Erkner	min/km	-	-	Erkner	Erkner
Schwimmen nett	1.90	37:22	19:40	5	1:14	28	35:49	1.90	37:22	19:40	5	1:14	28	35:49
Wechsel S -> R	0.26	2:53	11:05	7	0:37	29	1:16	2.16	40:15	18:38	4	1:43	24	9:45
Schwimmen Erkner	2.16	40:15	18:38	4	1:43	24	9:45	2.16	40:15	18:38	4	1:43	24	9:45
Rad netto	93.00	2:54:06	1:52	8	42:32	31	42:32	95.16	3:34:21	2:15	6	40:58	25	40:58
Wechsel R -> L	0.13	1:52	14:21	10	0:51	31	0:51	95.29	3:36:13	2:16	6	8:36	26	27:49
Rad Erkner	93.13	2:55:58	1:53	7	9:36	29	28:36	95.29	3:36:13	2:16	6	8:36	26	27:49
Lauf	21.50	1:41:37	4:43	2	5:20	9	14:52	116.79	5:17:50	2:43	2	13:56	12	42:41