



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

□□□□

Schröder, Anne

□□□: 6:07:56

□□: Ismaning

□□: 66

□□: 116.79 km

Mittel Distanz

□□□□□/□□□: 62 (of 87)

□□□□□/□: 5 (of 11)

□□□□□□: 5:24:24

□□□□:

AK2 / TW 25

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 5:24:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.90	38:27	20:14	3	3:44	3	3:44	1.90	38:27	20:14	3	3:44	3	3:44
Wechsel S -> R	0.26	4:34	17:33	4	2:41	8	2:41	2.16	43:01	19:54	4	6:25	4	6:25
Schwimmen □□□	2.16	43:01	19:54	4	6:25	4	6:25	2.16	43:01	19:54	4	6:25	4	6:25
Rad netto	93.00	3:04:25	1:58	2	2:45	2	2:45	95.16	3:47:26	2:23	3	9:10	3	9:10
Wechsel R -> L	0.13	2:43	20:53	3	1:21	7	1:21	95.29	3:50:09	2:24	3	10:22	3	10:22
Rad □□□	93.13	3:07:08	2:00	2	3:57	2	3:57	95.29	3:50:09	2:24	3	10:22	3	10:22
Lauf	21.50	2:17:47	6:24	3	40:00	7	40:00	116.79	6:07:56	3:09	3	43:32	5	43:32