



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

□□□□

Mouat, Jonathan

□□□: 6:12:33

□□: Sisu

□□: 84

□□: 116.79 km

Mittel Distanz

□□□□□/□□□: 66 (of 87)

□□□□□/□: 61 (of 76)

□□□□□□: 4:35:09

□□□□:

AK4 / TM 35

□□□□□: 11(of 14)

□□□□□□□: 4:47:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.90	41:36	21:53	12	13:03	53	40:03	1.90	41:36	21:53	12	13:03	53	40:03
Wechsel S -> R	0.26	3:06	11:55	8	1:29	36	1:29	2.16	44:42	20:41	11	13:30	49	14:12
Schwimmen □□□	2.16	44:42	20:41	11	13:30	49	14:12	2.16	44:42	20:41	11	13:30	49	14:12
Rad netto	93.00	3:14:09	2:05	11	32:20	64	1:02:35	95.16	3:58:51	2:30	12	45:45	63	1:05:28
Wechsel R -> L	0.13	2:30	19:13	12	1:18	54	1:29	95.29	4:01:21	2:31	12	47:00	61	52:57
Rad □□□	93.13	3:16:39	2:06	11	33:38	62	49:17	95.29	4:01:21	2:31	12	47:00	61	52:57
Lauf	21.50	2:11:12	6:06	12	38:06	58	44:27	116.79	6:12:33	3:11	11	1:25:06	61	1:37:24