



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Bauschke, Dennis

Erkner: 1:19:28

Erkner: Berlin

Erkner: 513

Erkner: 32.69 km

Jedermann/Sprint

Erkner/Erkner: 6 (of 318)

Erkner/Erkner: 6 (of 226)

Erkner/Erkner: 1:14:36

Erkner:

Erkner: 1(of 18)

AK2 / TM 25

Erkner/Erkner: 1:19:28

Erkner

Erkner

Erkner

Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner
km	km	min/km	-	-	-	-	km	km	min/km	-	-	-	-	-
Schwimmen nett	0.70	16:24	23:25	4	2:33	46	4:52	0.70	16:24	23:25	4	2:33	46	4:52
Wechsel S -> R	0.26	1:55	7:22	2	0:08	21	0:35	0.96	18:19	19:04	3	2:41	35	5:21
Schwimmen Erkner	0.96	18:19	19:04	3	2:41	35	5:21	0.96	18:19	19:04	3	2:41	35	5:21
Rad netto	28.00	45:19	1:37	1	-	1	-	28.96	1:03:38	2:11	1	-	5	3:35
Wechsel R -> L	0.13	0:43	5:30	1	-	3	0:05	29.09	1:04:21	2:12	1	-	6	3:39
Rad Erkner	28.13	46:02	1:38	1	-	1	-	29.09	1:04:21	2:12	1	-	6	3:39
Lauf	3.60	15:07	4:11	4	0:48	31	1:52	32.69	1:19:28	2:25	1	-	6	4:52