



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Dalichow, Jared

Erkner: 1:22:51

Erkner: Weltraumjogger

Erkner: 808

Erkner: 32.69 km

Jedermann/Sprint

Erkner/Erkner: 18 (of 318)

Erkner/Erkner: 18 (of 226)

Erkner/Erkner: 1:14:36

Erkner:

Erkner: 3(of 10)

männliche Jugend A

Erkner/Erkner: 1:14:36

Erkner

Erkner

Erkner

Erkner	km	km	min/km	-	-	km	km	km	km	min/km	-	-	km	km
Schwimmen nett	0.70	16:30	23:34	5	4:58	51	4:58	0.70	16:30	23:34	5	4:58	51	4:58
Wechsel S -> R	0.26	1:25	5:26	2	0:01	3	0:05	0.96	17:55	18:39	5	4:57	31	4:57
Schwimmen Erkner	0.96	17:55	18:39	5	4:57	31	4:57	0.96	17:55	18:39	5	4:57	31	4:57
Rad netto	28.00	49:03	1:45	2	1:58	24	3:44	28.96	1:06:58	2:18	4	6:55	21	6:55
Wechsel R -> L	0.13	0:56	7:10	4	0:17	20	0:18	29.09	1:07:54	2:20	3	7:12	17	7:12
Rad Erkner	28.13	49:59	1:46	2	2:15	21	3:57	29.09	1:07:54	2:20	3	7:12	17	7:12
Lauf	3.60	14:57	4:09	3	1:07	23	1:42	32.69	1:22:51	2:32	3	8:15	18	8:15