



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Schmadtke, Christian

Erkner: 1:26:05

Erkner: Lebus

Erkner: 777

Erkner: 32.69 km

Jedermann/Sprint

Erkner:

männliche Jugend A

Erkner/Erkner: 32 (of 318)

Erkner/Erkner: 31 (of 226)

Erkner/Erkner: 1:14:36

Erkner: 5(of 10)

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	13:55	19:52	2	2:23	9	2:23	0.70	13:55	19:52	2	2:23	9	2:23
Wechsel S -> R	0.26	2:31	9:40	6	1:07	64	1:11	0.96	16:26	17:07	4	3:28	15	3:28
Schwimmen Erkner	0.96	16:26	17:07	4	3:28	15	3:28	0.96	16:26	17:07	4	3:28	15	3:28
Rad netto	28.00	52:57	1:53	7	5:52	101	7:38	28.96	1:09:23	2:23	6	9:20	35	9:20
Wechsel R -> L	0.13	0:47	6:01	2	0:08	4	0:09	29.09	1:10:10	2:24	6	9:28	31	9:28
Rad Erkner	28.13	53:44	1:54	7	6:00	87	7:42	29.09	1:10:10	2:24	6	9:28	31	9:28
Lauf	3.60	15:55	4:25	7	2:05	54	2:40	32.69	1:26:05	2:37	5	11:29	31	11:29