



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Schmidt, Oliver

Erkner: 1:26:26

Erkner: Berlin

Erkner: 781

Erkner: 32.69 km

Jedermann/Sprint

Erkner/Erkner: 36 (of 318)

Erkner/Erkner: 34 (of 226)

Erkner/Erkner: 1:14:36

Erkner:

Erkner: 6(of 35)

AK3 / TM 30

Erkner/Erkner: 1:17:33

Erkner

Erkner

Erkner

Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner
Erkner	km	Erkner	min/km	-	-	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	min/km	-	-	Erkner	Erkner
Schwimmen nett	0.70	16:58	24:14	10	4:04	56	5:26	0.70	16:58	24:14	10	4:04	56	5:26
Wechsel S -> R	0.26	2:48	10:46	21	1:20	91	1:28	0.96	19:46	20:35	12	4:24	63	6:48
Schwimmen Erkner	0.96	19:46	20:35	12	4:24	63	6:48	0.96	19:46	20:35	12	4:24	63	6:48
Rad netto	28.00	51:13	1:49	9	5:18	60	5:54	28.96	1:10:59	2:27	8	7:19	51	10:56
Wechsel R -> L	0.13	1:01	7:49	13	0:23	35	0:23	29.09	1:12:00	2:28	8	7:42	50	11:18
Rad Erkner	28.13	52:14	1:51	9	5:41	51	6:12	29.09	1:12:00	2:28	8	7:42	50	11:18
Lauf	3.60	14:26	4:00	3	1:11	13	1:11	32.69	1:26:26	2:38	6	8:53	34	11:50