



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Völker, Paul

Erkner: 1:28:00

Erkner: Berlin

Erkner: 841

Erkner: 32.69 km

Jedermann/Sprint

Erkner/Erkner: 44 (of 318)

Erkner/Erkner: 40 (of 226)

Erkner/Erkner: 1:14:36

Erkner:

Erkner: 6(of 10)

männliche Jugend A

Erkner/Erkner: 1:14:36

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	17:01	24:18	6	5:29	59	5:29	0.70	17:01	24:18	6	5:29	59	5:29
Wechsel S -> R	0.26	1:29	5:42	4	0:05	6	0:09	0.96	18:30	19:16	6	5:32	37	5:32
Schwimmen Erkner	0.96	18:30	19:16	6	5:32	37	5:32	0.96	18:30	19:16	6	5:32	37	5:32
Rad netto	28.00	49:34	1:46	3	2:29	29	4:15	28.96	1:08:04	2:21	5	8:01	29	8:01
Wechsel R -> L	0.13	1:05	8:19	5	0:26	47	0:27	29.09	1:09:09	2:22	5	8:27	28	8:27
Rad Erkner	28.13	50:39	1:48	3	2:55	27	4:37	29.09	1:09:09	2:22	5	8:27	28	8:27
Lauf	3.60	18:51	5:14	10	5:01	151	5:36	32.69	1:28:00	2:41	6	13:24	40	13:24