



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Haala, Felix

Erkner: 1:29:16

Erkner: Berlin

Erkner: 873

Erkner: 32.69 km

Jedermann/Sprint

Erkner/Erkner: 64 (of 318)

Erkner/Erkner: 57 (of 226)

Erkner/Erkner: 1:14:36

Erkner:

Erkner: 13(of 35)

AK3 / TM 30

Erkner/Erkner: 1:17:33

Erkner

Erkner

Erkner

Erkner	km	Erkner	min/km	-	-	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	min/km	-	-	Erkner	Erkner
Schwimmen nett	0.70	18:18	26:08	16	5:24	98	6:46	0.70	18:18	26:08	16	5:24	98	6:46
Wechsel S -> R	0.26	2:25	9:17	14	0:57	56	1:05	0.96	20:43	21:34	17	5:21	86	7:45
Schwimmen Erkner	0.96	20:43	21:34	17	5:21	86	7:45	0.96	20:43	21:34	17	5:21	86	7:45
Rad netto	28.00	52:43	1:52	15	6:48	94	7:24	28.96	1:13:26	2:32	15	9:46	89	13:23
Wechsel R -> L	0.13	0:51	6:32	6	0:13	13	0:13	29.09	1:14:17	2:33	14	9:59	78	13:35
Rad Erkner	28.13	53:34	1:54	14	7:01	81	7:32	29.09	1:14:17	2:33	14	9:59	78	13:35
Lauf	3.60	14:59	4:09	6	1:44	24	1:44	32.69	1:29:16	2:43	13	11:43	57	14:40