



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

0000

Bloch, Mathias

000: 1:48:15

00: Altlandsberg

00: 527

00: 32.69 km

Jedermann/Sprint

0000:

SEN5 / TM 60

00000/000: 250 (of 318)

00000/0: 196 (of 226)

000000: 1:14:36

00000: 4(of 5)

0000000: 1:29:15

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Schwimmen nett	0.70	21:55	31:18	4	4:00	194	10:23	0.70	21:55	31:18	4	4:00	194	10:23
Wechsel S -> R	0.26	3:20	12:49	3	1:16	143	2:00	0.96	25:15	26:18	4	5:16	190	12:17
Schwimmen 000	0.96	25:15	26:18	4	5:16	190	12:17	0.96	25:15	26:18	4	5:16	190	12:17
Rad netto	28.00	58:17	2:04	4	6:45	189	12:58	28.96	1:23:32	2:53	4	12:01	191	23:29
Wechsel R -> L	0.13	1:57	15:00	3	1:00	181	1:19	29.09	1:25:29	2:56	4	13:01	192	24:47
Rad 000	28.13	1:00:14	2:08	4	7:45	191	14:12	29.09	1:25:29	2:56	4	13:01	192	24:47
Lauf	3.60	22:46	6:19	4	6:52	206	9:31	32.69	1:48:15	3:18	4	19:00	197	33:39