



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Pantelmann, Charline

Erkner: 1:45:57

Erkner: Hennigsdorf

Erkner: 722

Erkner: 32.69 km

Jedermann/Sprint

Erkner/Erkner: 234 (of 318)

Erkner/Erkner: 47 (of 92)

Erkner/Erkner: 1:23:10

Erkner:

Erkner: 11(of 13)

AK2 / TW 25

Erkner/Erkner: 1:26:29

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	Erkner	-	-	Erkner	Erkner
Schwimmen nett	0.70	21:08	30:11	11	4:33	66	7:37	0.70	21:08	30:11	11	4:33	66	7:37
Wechsel S -> R	0.26	3:32	13:35	11	1:38	60	2:06	0.96	24:40	25:41	11	6:03	64	9:39
Schwimmen Erkner	0.96	24:40	25:41	11	6:03	64	9:39	0.96	24:40	25:41	11	6:03	64	9:39
Rad netto	28.00	1:03:04	2:15	11	11:57	61	12:41	28.96	1:27:44	3:01	11	18:00	60	21:19
Wechsel R -> L	0.13	1:10	8:58	3	0:22	17	0:22	29.09	1:28:54	3:03	11	17:34	59	21:40
Rad Erkner	28.13	1:04:14	2:17	11	11:31	61	12:47	29.09	1:28:54	3:03	11	17:34	59	21:40
Lauf	3.60	17:03	4:44	3	2:14	14	2:30	32.69	1:45:57	3:14	11	19:28	48	22:47