



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Gutsche, Robert

Erkner: 1:53:17

Erkner: Berlin

Erkner: 600

Erkner: 32.69 km

Jedermann/Sprint

Erkner/Erkner: 267 (of 318)

Erkner/Erkner: 202 (of 226)

Erkner/Erkner: 1:14:36

Erkner:

Erkner: 20(of 22)

SEN2 / TM 45

Erkner/Erkner: 1:19:17

Erkner

Erkner

Erkner

	km	min/km	-	-	min/km	-	min/km	km	min/km	-	-	min/km	-	
Schwimmen nett	0.70	21:09	30:12	18	7:40	182	9:37	0.70	21:09	30:12	18	7:40	182	9:37
Wechsel S -> R	0.26	4:12	16:09	18	2:19	188	2:52	0.96	25:21	26:24	20	9:44	192	12:23
Schwimmen	0.96	25:21	26:24	20	9:44	192	12:23	0.96	25:21	26:24	20	9:44	192	12:23
Rad netto	28.00	1:02:57	2:14	21	17:00	211	17:38	28.96	1:28:18	3:02	20	25:23	203	28:15
Wechsel R -> L	0.13	2:15	17:18	18	1:18	197	1:37	29.09	1:30:33	3:06	20	26:35	204	29:51
Rad	28.13	1:05:12	2:19	21	18:12	210	19:10	29.09	1:30:33	3:06	20	26:35	204	29:51
Lauf	3.60	22:44	6:18	21	8:10	204	9:29	32.69	1:53:17	3:27	20	34:00	203	38:41