



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Glase, Martin

Erkner: 2:17:02

Erkner: Tri Team Berlin

Erkner: 380

Erkner: 51.89 km

Olympisch

Erkner:

AK3 / TM 30

Erkner/Erkner: 3 (of 236)

Erkner/Erkner: 3 (of 198)

Erkner: 2:14:41

Erkner: 2(of 45)

Erkner: 2:14:41

Erkner

Erkner

Erkner

Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner
	km	min	min/km	-	-	Erkner	Erkner	km	min	min/km	-	-	Erkner	Erkner
Schwimmen nett	1.50	29:46	19:50	8	5:04	23	5:04	1.50	29:46	19:50	8	5:04	23	5:04
Wechsel S -> R	0.26	1:50	7:03	3	0:30	9	0:30	1.76	31:36	17:57	7	4:41	19	4:41
Schwimmen Erkner	1.76	31:36	17:57	7	4:41	19	4:41	1.76	31:36	17:57	7	4:41	19	4:41
Rad netto	40.00	1:02:24	1:33	1	-	1	-	41.76	1:34:00	2:15	2	3:37	2	3:37
Wechsel R -> L	0.13	0:51	6:32	1	-	5	0:05	41.89	1:34:51	2:15	2	3:09	2	3:09
Rad Erkner	40.13	1:03:15	1:34	1	-	1	-	41.89	1:34:51	2:15	2	3:09	2	3:09
Lauf	10.00	42:11	4:13	2	0:40	6	4:00	51.89	2:17:02	2:38	2	2:21	3	2:21