



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Weinreich, Thomas

Erkner: 2:01:08

Erkner: Reichenwalde

Erkner: 846

Erkner: 32.69 km

Jedermann/Sprint

Erkner/Erkner: 292 (of 318)

Erkner/Erkner: 215 (of 226)

Erkner/Erkner: 1:14:36

Erkner:

Erkner: 22(of 22)

SEN2 / TM 45

Erkner/Erkner: 1:19:17

Erkner

Erkner

Erkner

Erkner	km	km	min/km	-	-	km	km	km	km	min/km	-	-	km	km
Schwimmen nett	0.70	21:47	31:07	21	8:18	193	10:15	0.70	21:47	31:07	21	8:18	193	10:15
Wechsel S -> R	0.26	6:39	25:34	22	4:46	223	5:19	0.96	28:26	29:37	21	12:49	205	15:28
Schwimmen Erkner	0.96	28:26	29:37	21	12:49	205	15:28	0.96	28:26	29:37	21	12:49	205	15:28
Rad netto	28.00	1:06:36	2:22	22	20:39	218	21:17	28.96	1:35:02	3:16	22	32:07	216	34:59
Wechsel R -> L	0.13	2:06	16:09	16	1:09	189	1:28	29.09	1:37:08	3:20	22	33:10	214	36:26
Rad Erkner	28.13	1:08:42	2:26	22	21:42	215	22:40	29.09	1:37:08	3:20	22	33:10	214	36:26
Lauf	3.60	24:00	6:39	22	9:26	212	10:45	32.69	2:01:08	3:42	22	41:51	216	46:32