



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Knuth, Björn

Erkner: 2:51:15

Erkner: Potsdam

Erkner: 385

Erkner: 51.89 km

Olympisch

Erkner:

AK4 / TM 35

Erkner/Erkner: 94 (of 236)

Erkner/Erkner: 86 (of 198)

Erkner: 2:14:41

Erkner: 16(of 30)

Erkner: 2:17:44

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	36:12	24:08	13	8:13	70	11:30	1.50	36:12	24:08	13	8:13	70	11:30
Wechsel S -> R	0.26	3:42	14:13	22	1:53	131	2:22	1.76	39:54	22:40	14	10:06	75	12:59
Schwimmen Erkner	1.76	39:54	22:40	14	10:06	75	12:59	1.76	39:54	22:40	14	10:06	75	12:59
Rad netto	40.00	1:12:32	1:48	12	7:12	59	10:08	41.76	1:52:26	2:41	12	16:13	66	22:03
Wechsel R -> L	0.13	1:32	11:47	14	0:39	73	0:46	41.89	1:53:58	2:43	12	16:44	63	22:16
Rad Erkner	40.13	1:14:04	1:50	12	7:43	57	10:49	41.89	1:53:58	2:43	12	16:44	63	22:16
Lauf	10.00	57:17	5:43	22	16:47	128	19:06	51.89	2:51:15	3:18	16	33:31	86	36:34