



# Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

## Die TURBOSCHNECKEN

Erkner: 2:38:18

Erkner: 440

Erkner: 19.33 km/h

Erkner: 3:04 min/km

Erkner: 51.50 km

Olympische Distanz Staffel

Erkner: 11 (of 29)

Erkner: 2:07:13

Erkner:

Erkner: 11(of 29)

Staffel

Erkner: 2:07:13

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	26:35	17:43	2	0:42	2	0:42	1.50	26:35	17:43	2	0:42	2	0:42
Wechsel S -> R	-	1:14	-	11	0:12	11	0:12	1.50	27:49	-	2	0:23	2	0:23
Rad netto	40.00	1:19:10	1:58	21	21:02	21	21:02	41.50	1:46:59	2:34	11	17:01	11	17:01
Wechsel R -> L	-	0:49	-	14	0:13	14	0:13	41.50	1:47:48	-	11	17:07	11	17:07
Lauf	10.00	50:30	5:02	14	13:58	14	13:58	51.50	2:38:18	3:04	11	31:05	11	31:05