



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Markov/Beischmidt/Rex

Erkner: 2:54:42

Erkner: 443

Erkner: 17.69 km/h

Erkner: 3:23 min/km

Erkner: 51.50 km

Olympische Distanz Staffel

Erkner: 17 (of 29)

Erkner: 2:07:13

Erkner:

Erkner: 17(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	37:58	25:18	16	12:05	16	12:05	1.50	37:58	25:18	16	12:05	16	12:05
Wechsel S -> R	-	1:34	-	24	0:32	24	0:32	1.50	39:32	-	16	12:06	16	12:06
Rad netto	40.00	1:21:15	2:01	25	23:07	25	23:07	41.50	2:00:47	2:54	18	30:49	18	30:49
Wechsel R -> L	-	0:57	-	27	0:21	27	0:21	41.50	2:01:44	-	18	31:03	18	31:03
Lauf	10.00	52:58	5:17	18	16:26	18	16:26	51.50	2:54:42	3:23	17	47:29	17	47:29