



# Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Team Rocky Balboa

Erkner: 2:14:14

Erkner: 441

Erkner: 23.02 km/h

Erkner: 2:37 min/km

Erkner: 51.50 km

Olympische Distanz Staffel

Erkner: 2 (of 29)

Erkner: 2:07:13

Erkner:

Erkner: 2(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	27:22	18:14	5	1:29	5	1:29	1.50	27:22	18:14	5	1:29	5	1:29
Wechsel S -> R	-	1:07	-	6	0:05	6	0:05	1.50	28:29	-	5	1:03	5	1:03
Rad netto	40.00	1:04:48	1:37	3	6:40	3	6:40	41.50	1:33:17	2:14	2	3:19	2	3:19
Wechsel R -> L	-	0:43	-	6	0:07	6	0:07	41.50	1:34:00	-	2	3:19	2	3:19
Lauf	10.00	40:14	4:01	4	3:42	4	3:42	51.50	2:14:14	2:36	2	7:01	2	7:01