



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Exner Extrem

Erkner: 2:59:05

Erkner: 434

Erkner: 17.25 km/h

Erkner: 3:29 min/km

Erkner: 51.50 km

Olympische Distanz Staffel

Erkner: 20 (of 29)

Erkner: 2:07:13

Erkner:

Erkner: 20(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	41:34	27:42	19	15:41	19	15:41	1.50	41:34	27:42	19	15:41	19	15:41
Wechsel S -> R	-	1:18	-	16	0:16	16	0:16	1.50	42:52	-	19	15:26	19	15:26
Rad netto	40.00	1:16:02	1:54	14	17:54	14	17:54	41.50	1:58:54	2:51	17	28:56	17	28:56
Wechsel R -> L	-	0:49	-	14	0:13	14	0:13	41.50	1:59:43	-	17	29:02	17	29:02
Lauf	10.00	59:22	5:56	23	22:50	23	22:50	51.50	2:59:05	3:28	21	51:52	21	51:52