



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Team Grünheide - Olympische Distanz (2)

Erkner: 459

Erkner: 51.50 km

Olympische Distanz Staffel

Erkner:

Staffel

Erkner: 16.30 km/h

Erkner: 3:41 min/km

Erkner: 23 (of 29)

Erkner: 2:07:13

Erkner: 23(of 29)

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	-	-	min	min	km	min	min/km	-	-	min	min
Schwimmen nett	1.50	51:11	34:07	26	25:18	26	25:18	1.50	51:11	34:07	26	25:18	26	25:18
Wechsel S -> R	-	1:32	-	22	0:30	22	0:30	1.50	52:43	-	26	25:17	26	25:17
Rad netto	40.00	1:25:33	2:08	27	27:25	27	27:25	41.50	2:18:16	3:19	29	48:18	29	48:18
Wechsel R -> L	-	0:50	-	16	0:14	16	0:14	41.50	2:19:06	-	29	48:25	29	48:25
Lauf	10.00	50:31	5:03	15	13:59	15	13:59	51.50	3:09:37	3:40	24	1:02:24	24	1:02:24