



# Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Sittnick

Erkner: 3:14:46

Erkner: 448

Erkner: 15.87 km/h

Erkner: 3:47 min/km

Erkner: 51.50 km

Olympische Distanz Staffel

Erkner: 26 (of 29)

Erkner: 2:07:13

Erkner:

Erkner: 26(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	56:39	37:45	29	30:46	29	30:46	1.50	56:39	37:45	29	30:46	29	30:46
Wechsel S -> R	-	2:02	-	28	1:00	28	1:00	1.50	58:41	-	29	31:15	29	31:15
Rad netto	40.00	1:18:42	1:58	19	20:34	19	20:34	41.50	2:17:23	3:18	28	47:25	28	47:25
Wechsel R -> L	-	0:55	-	22	0:19	22	0:19	41.50	2:18:18	-	28	47:37	28	47:37
Lauf	10.00	56:28	5:38	21	19:56	21	19:56	51.50	3:14:46	3:46	27	1:07:33	27	1:07:33