



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

0000

VW Rüdersdorf

000: 1:31:17

00: 932

00: 21.03 km/h

0000: 2:49 min/km

00: 32.35 km

Jedermann/Sprint Distanz Staffel

00000: 11 (of 33)

000000: 1:14:41

0000:

00000: 11(of 33)

Sprint Staffel

0000000: 1:14:41

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	000	000	km	00	min/km	-	-	000	000
Schwimmen nett	0.70	23:50	34:02	30	14:15	30	14:15	0.70	23:50	34:02	30	14:15	30	14:15
Wechsel S -> R	0.03	1:09	38:19	5	0:12	5	0:12	0.73	24:59	34:13	27	14:25	27	14:25
Rad netto	28.00	51:10	1:49	7	5:20	7	5:20	28.73	1:16:09	2:39	15	15:53	15	15:53
Wechsel R -> L	0.03	0:44	24:26	5	0:09	5	0:09	28.76	1:16:53	2:40	15	15:57	15	15:57
Lauf	3.60	14:24	4:00	5	0:39	5	0:39	32.35	1:31:17	2:49	11	16:36	11	16:36