



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

AUDI Zentrum

Erkner: 929

Erkner: 32.35 km

Jedermann/Sprint Distanz Staffel

Erkner:

Sprint Staffel

Erkner: 1:30:49

Erkner: 21.37 km/h

Erkner: 2:49 min/km

Erkner: 10 (of 33)

Erkner: 1:14:41

Erkner: 10(of 33)

Erkner: 1:14:41

Erkner

Erkner

Erkner

Erkner	km	km	min/km	-	-	Erkner	Erkner	km	km	min/km	-	-	Erkner	Erkner
Schwimmen nett	0.70	18:37	26:35	14	9:02	14	9:02	0.70	18:37	26:35	14	9:02	14	9:02
Wechsel S -> R	0.03	1:10	38:53	6	0:13	6	0:13	0.73	19:47	27:06	12	9:13	12	9:13
Rad netto	28.00	52:22	1:52	12	6:32	12	6:32	28.73	1:12:09	2:30	10	11:53	10	11:53
Wechsel R -> L	0.03	0:49	27:13	9	0:14	9	0:14	28.76	1:12:58	2:32	10	12:02	10	12:02
Lauf	3.60	17:51	4:57	11	4:06	11	4:06	32.35	1:30:49	2:48	10	16:08	10	16:08