



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

Erkner

Jäger/Emmermacher/Volland

Erkner: 1:45:08

Erkner: 928

Erkner: 18.46 km/h

Erkner: 3:15 min/km

Erkner: 32.35 km

Jedermann/Sprint Distanz Staffel

Erkner: 27 (of 33)

Erkner: 1:14:41

Erkner:

Erkner: 27(of 33)

Sprint Staffel

Erkner: 1:14:41

Erkner

Erkner

Erkner

Erkner	km	Erkner	min/km	-	-	Erkner	Erkner	Erkner	Erkner	min/km	-	-	Erkner	Erkner
Schwimmen nett	0.70	26:15	37:30	33	16:40	33	16:40	0.70	26:15	37:30	33	16:40	33	16:40
Wechsel S -> R	0.03	1:38	54:26	25	0:41	25	0:41	0.73	27:53	38:11	33	17:19	33	17:19
Rad netto	28.00	57:11	2:02	22	11:21	22	11:21	28.73	1:25:04	2:57	28	24:48	28	24:48
Wechsel R -> L	0.03	0:53	29:26	14	0:18	14	0:18	28.76	1:25:57	2:59	28	25:01	28	25:01
Lauf	3.60	19:11	5:19	20	5:26	20	5:26	32.35	1:45:08	3:14	27	30:27	27	30:27