



7. VR Bank Charity Triathlon Büdingen

Büdingen / 27.05.2018

□□□□

□□□: 2:11:02

□□: Frankfurt

□□: 175

□□: 37.25 km

Power-Distanz (0,75-29,0-7,5)

□□□□□/□□□: 31 (of 33)

□□□□□/□: 24 (of 25)

□□□□□□: 1:42:39

□□□□:

Senioren 3 MK50

□□□□□: 7(of 7)

□□□□□□□: 1:42:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.75	17:22	23:09	6	3:09	15	3:41	0.75	17:22	23:09	6	3:09	15	3:41	
Wechsel S -> R	-	3:12	-	6	1:19	21	1:31	0.75	20:34	27:25	5	3:43	18	4:32	
Schwimmen □□□	0.75	20:34	27:25	5	3:43	18	4:32	0.75	20:34	27:25	5	3:43	18	4:32	
Rad netto	29.00	1:01:29	2:07	7	12:43	25	12:46	29.75	1:22:03	2:45	7	14:10	25	14:10	
Wechsel R -> L	-	2:37	-	6	1:31	24	1:31	29.75	1:24:40	2:50	7	15:41	25	15:41	
Rad □□□	29.00	1:04:06	2:12	7	13:10	25	14:14	29.75	1:24:40	2:50	7	15:41	25	15:41	
Lauf	7.50	46:22	6:10	7	12:42	22	16:05	37.25	2:11:02	3:31	7	28:23	24	28:23	