



7. VR Bank Charity Triathlon Büdingen

Büdingen / 27.05.2018

□□□□

□□□: 1:35:58

□□: Helaba BSG Triathlon

□□: 295

□□: 25.55 km

Jedermann-Triathlon Sprint (0,55-20,0-5,0)

□□□□□/□□□: 50 (of 76)

□□□□□/□: 14 (of 22)

□□□□□□: 1:11:25

□□□□:

Seniorinnen 4 WK55

□□□□□: 2(of 2)

□□□□□□□: 1:34:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.55	14:22	26:07	1	-	13	4:43	0.55	14:22	26:07	1	-	13	4:43	
Wechsel S -> R	-	3:38	-	2	0:32	18	1:55	0.55	18:00	32:43	2	0:26	15	6:38	
Schwimmen □□□	0.55	18:00	32:43	2	0:26	15	6:38	0.55	18:00	32:43	2	0:26	15	6:38	
Rad netto	20.00	45:49	2:17	2	4:12	15	11:57	20.55	1:03:49	3:06	2	4:38	15	16:29	
Wechsel R -> L	-	1:52	-	1	-	18	0:51	20.55	1:05:41	3:11	2	4:29	15	17:06	
Rad □□□	20.00	47:41	2:23	2	4:03	15	12:34	20.55	1:05:41	3:11	2	4:29	15	17:06	
Lauf	5.00	30:17	6:03	1	-	15	7:48	25.55	1:35:58	3:45	2	1:34	14	24:33	