



7. VR Bank Charity Triathlon Büdingen

Büdingen / 27.05.2018

□□□□

□□□: 1:08:28

□□: Frankfurt am Main

□□: 231

□□: 25.55 km

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

□□□□:

Männer AK3

□□□□□/□□□: 6 (of 76)

□□□□□/□: 6 (of 54)

□□□□□□: 1:03:41

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 1:08:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.55	10:38	19:19	1	-	10	1:19	0.55	10:38	19:19	1	-	55	1:19
Wechsel S -> R	-	1:45	-	1	-	9	0:17	0.55	12:23	22:30	1	-	55	1:24
Schwimmen □□□	0.55	12:23	22:30	1	-	55	1:24	0.55	12:23	22:30	1	-	55	1:24
Rad netto	20.00	33:56	1:41	1	-	7	2:58	20.55	46:19	2:15	1	-	7	2:36
Wechsel R -> L	-	1:00	-	1	-	6	0:05	20.55	47:19	2:18	1	-	7	2:36
Rad □□□	20.00	34:56	1:44	1	-	7	2:30	20.55	47:19	2:18	1	-	7	2:36
Lauf	5.00	21:09	4:13	1	-	5	2:11	25.55	1:08:28	2:40	1	-	6	4:47