



7. VR Bank Charity Triathlon Büdingen

Büdingen / 27.05.2018

□□□□

□□□: 1:46:38

□□: Asperg

□□: 195

□□: 37.25 km

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

□□□□□/□□□: 4 (of 33)

□□□□□/□: 4 (of 25)

□□□□□□: 1:42:39

□□□□:

Senioren 2 MK45

□□□□□: 1(of 5)

□□□□□□□: 1:46:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.75	16:21	21:48	2	0:51	12	2:40	0.75	16:21	21:48	2	0:51	12	2:40
Wechsel S -> R	-	3:08	-	4	1:18	19	1:27	0.75	19:29	25:58	2	1:55	12	3:27
Schwimmen □□□	0.75	19:29	25:58	2	1:55	12	3:27	0.75	19:29	25:58	2	1:55	12	3:27
Rad netto	29.00	53:00	1:49	3	1:59	12	4:17	29.75	1:12:29	2:26	3	3:54	11	4:36
Wechsel R -> L	-	1:37	-	3	0:25	13	0:31	29.75	1:14:06	2:29	3	3:48	11	5:07
Rad □□□	29.00	54:37	1:53	3	1:53	12	4:45	29.75	1:14:06	2:29	3	3:48	11	5:07
Lauf	7.50	32:32	4:20	1	-	2	2:15	37.25	1:46:38	2:51	1	-	4	3:59