



7. VR Bank Charity Triathlon Büdingen

Büdingen / 27.05.2018

□□□□

□□□: 1:49:42

□□: Team Erdinger Alkoholfrei

□□: 168

□□: 37.25 km

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

□□□□□/□□□: 10 (of 33)

□□□□□/□: 8 (of 25)

□□□□□□: 1:42:39

□□□□:

Senioren 2 MK45

□□□□□: 2(of 5)

□□□□□□□: 1:46:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.75	17:59	23:58	4	2:29	19	4:18	0.75	17:59	23:58	4	2:29	19	4:18
Wechsel S -> R	-	1:50	-	1	-	2	0:09	0.75	19:49	26:25	3	2:15	13	3:47
Schwimmen □□□	0.75	19:49	26:25	3	2:15	13	3:47	0.75	19:49	26:25	3	2:15	13	3:47
Rad netto	29.00	52:23	1:48	2	1:22	10	3:40	29.75	1:12:12	2:25	2	3:37	10	4:19
Wechsel R -> L	-	1:25	-	2	0:13	8	0:19	29.75	1:13:37	2:28	2	3:19	10	4:38
Rad □□□	29.00	53:48	1:51	2	1:04	7	3:56	29.75	1:13:37	2:28	2	3:19	10	4:38
Lauf	7.50	36:05	4:48	2	3:33	5	5:48	37.25	1:49:42	2:56	2	3:04	8	7:03