



7. VR Bank Charity Triathlon Büdingen

Büdingen / 27.05.2018

□□□□

□□□: 1:50:09

□□: Team Erdinger alkoholfrei

□□: 166

□□: 37.25 km

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

□□□□□/□□□: 11 (of 33)

□□□□□/□: 9 (of 25)

□□□□□□: 1:42:39

□□□□:

Senioren 2 MK45

□□□□□: 3(of 5)

□□□□□□□: 1:46:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.75	15:30	20:40	1	-	11	1:49	0.75	15:30	20:40	1	-	11	1:49
Wechsel S -> R	-	2:04	-	2	0:14	4	0:23	0.75	17:34	23:25	1	-	7	1:32
Schwimmen □□□	0.75	17:34	23:25	1	-	7	1:32	0.75	17:34	23:25	1	-	7	1:32
Rad netto	29.00	51:01	1:45	1	-	3	2:18	29.75	1:08:35	2:18	1	-	4	0:42
Wechsel R -> L	-	1:43	-	4	0:31	15	0:37	29.75	1:10:18	2:21	1	-	4	1:19
Rad □□□	29.00	52:44	1:49	1	-	5	2:52	29.75	1:10:18	2:21	1	-	4	1:19
Lauf	7.50	39:51	5:18	4	7:19	17	9:34	37.25	1:50:09	2:57	3	3:31	9	7:30