



7. VR Bank Charity Triathlon Büdingen

Büdingen / 27.05.2018

□□□□

□□□: 1:23:02

□□: Limeshain

□□: 239

□□: 25.55 km

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

□□□□:

Männer AK4

□□□□□/□□□: 28 (of 76)

□□□□□/□: 22 (of 54)

□□□□□□: 1:03:41

□□□□□: 4(of 7)

□□□□□□□: 1:11:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.55	11:38	21:09	2	0:34	16	2:19	0.55	11:38	21:09	2	0:34	55	2:19
Wechsel S -> R	-	2:35	-	4	1:05	23	1:07	0.55	14:13	25:50	3	1:09	55	3:14
Schwimmen □□□	0.55	14:13	25:50	3	1:09	55	3:14	0.55	14:13	25:50	3	1:09	55	3:14
Rad netto	20.00	39:17	1:57	6	3:52	24	8:19	20.55	53:30	2:36	4	5:01	21	9:47
Wechsel R -> L	-	1:44	-	5	0:45	34	0:49	20.55	55:14	2:41	4	5:24	21	10:31
Rad □□□	20.00	41:01	2:03	5	4:22	25	8:35	20.55	55:14	2:41	4	5:24	21	10:31
Lauf	5.00	27:48	5:33	5	6:40	27	8:50	25.55	1:23:02	3:14	4	11:29	22	19:21