



7. VR Bank Charity Triathlon Büdingen

Büdingen / 27.05.2018

□□□□

□□□: 1:28:28

□□: Helaba BSG Triathlon

□□: 236

□□: 25.55 km

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

□□□□□/□□□: 42 (of 76)

□□□□□/□: 31 (of 54)

□□□□□□: 1:03:41

□□□□:

Männer AK4

□□□□□: 5(of 7)

□□□□□□□: 1:11:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.55	12:04	21:56	3	1:00	17	2:45	0.55	12:04	21:56	3	1:00	55	2:45
Wechsel S -> R	-	3:02	-	5	1:32	27	1:34	0.55	15:06	27:27	5	2:02	55	4:07
Schwimmen □□□	0.55	15:06	27:27	5	2:02	55	4:07	0.55	15:06	27:27	5	2:02	55	4:07
Rad netto	20.00	38:35	1:55	4	3:10	21	7:37	20.55	53:41	2:36	5	5:12	22	9:58
Wechsel R -> L	-	1:36	-	4	0:37	26	0:41	20.55	55:17	2:41	5	5:27	22	10:34
Rad □□□	20.00	40:11	2:00	4	3:32	21	7:45	20.55	55:17	2:41	5	5:27	22	10:34
Lauf	5.00	33:11	6:38	7	12:03	42	14:13	25.55	1:28:28	3:27	5	16:55	31	24:47