



# 7. VR Bank Charity Triathlon Büdingen

Büdingen / 27.05.2018

□□□□

□□□: 2:00:25

□□: MTV Gießen

□□: 167

□□: 37.25 km

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

□□□□□/□□□: 24 (of 33)

□□□□□/□: 19 (of 25)

□□□□□□: 1:42:39

□□□□:

Senioren 2 MK45

□□□□□: 4(of 5)

□□□□□□□: 1:46:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.75	20:10	26:53	5	4:40	25	6:29	0.75	20:10	26:53	5	4:40	25	6:29
Wechsel S -> R	-	3:17	-	5	1:27	22	1:36	0.75	23:27	31:15	5	5:53	25	7:25
Schwimmen □□□	0.75	23:27	31:15	5	5:53	25	7:25	0.75	23:27	31:15	5	5:53	25	7:25
Rad netto	29.00	55:04	1:53	4	4:03	15	6:21	29.75	1:18:31	2:38	4	9:56	20	10:38
Wechsel R -> L	-	2:16	-	5	1:04	22	1:10	29.75	1:20:47	2:42	4	10:29	21	11:48
Rad □□□	29.00	57:20	1:58	4	4:36	15	7:28	29.75	1:20:47	2:42	4	10:29	21	11:48
Lauf	7.50	39:38	5:17	3	7:06	16	9:21	37.25	2:00:25	3:13	4	13:47	19	17:46