



□□□□

Couchpotatoes

□□□: 1:25:52

□□: 311

□□: 17.85 km/h

□□□□: 3:22 min/km

□□: 25.55 km

Chari Tria Staffel (0,55-20,0-5,0)

□□□□□: 4 (of 8)

□□□□□□: 1:08:01

□□□□:

□□□□□: 4(of 8)

Jedermann

□□□□□□□: 1:08:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.55	13:21	24:16	6	3:59	6	3:59	0.55	13:21	24:16	6	3:59	6	3:59
Rad netto	20.00	46:48	2:20	4	9:19	4	9:19	20.55	1:00:09	2:55	5	12:33	5	12:33
Lauf	5.00	25:43	5:08	3	5:18	3	5:18	25.55	1:25:52	3:21	4	17:51	4	17:51