



□□□□

WOLF, ANKE

□□□: 1:20:39

□□: 297

□□: 25.55 km

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

□□□□□/□□□: 47 (of 84)

□□□□□/□: 6 (of 22)

□□□□□□: 1:03:29

□□□□:

Seniorinnen 4 WK55

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 1:20:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.55	11:04	20:07	1	-	5	0:58	0.55	11:04	20:07	1	-	5	0:58
Wechsel S -> R	-	2:29	-	2	0:10	10	1:03	0.55	13:33	24:38	1	-	5	2:01
Schwimmen □□□	0.55	13:33	24:38	1	-	5	2:01	0.55	13:33	24:38	1	-	5	2:01
Rad netto	20.00	40:59	2:02	2	1:03	11	11:54	20.55	54:32	2:39	2	0:20	11	10:33
Wechsel R -> L	-	1:41	-	2	0:27	16	0:51	20.55	56:13	2:44	2	0:47	11	11:24
Rad □□□	20.00	42:40	2:07	2	1:30	12	12:17	20.55	56:13	2:44	2	0:47	11	11:24
Lauf	5.00	24:26	4:53	1	-	5	5:46	25.55	1:20:39	3:09	1	-	6	17:10