



□□□□

Schade, Laura

□□□: 1:52:46

□□: 276

□□: 25.55 km

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

□□□□□/□□□: 81 (of 84)

□□□□□/□: 20 (of 22)

□□□□□□: 1:03:29

□□□□:

Frauen AK1

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 1:52:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.55	15:28	28:07	1	-	18	5:22	0.55	15:28	28:07	1	-	18	5:22	
Wechsel S -> R	-	3:36	-	2	0:02	18	2:10	0.55	19:04	34:39	1	-	17	7:32	
Schwimmen □□□	0.55	19:04	34:39	1	-	17	7:32	0.55	19:04	34:39	1	-	17	7:32	
Rad netto	20.00	52:40	2:38	2	0:47	20	23:35	20.55	1:11:44	3:29	1	-	19	27:45	
Wechsel R -> L	-	1:56	-	2	0:05	20	1:06	20.55	1:13:40	3:35	1	-	19	28:51	
Rad □□□	20.00	54:36	2:43	2	0:52	20	24:13	20.55	1:13:40	3:35	1	-	19	28:51	
Lauf	5.00	39:06	7:49	1	-	20	20:26	25.55	1:52:46	4:24	1	-	20	49:17	