



□□□□

Rochnia, Tim

□□□: 1:24:55

□□: 242

□□: 25.55 km

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

□□□□□/□□□: 58 (of 84)

□□□□□/□: 47 (of 62)

□□□□□□: 58:18

□□□□:

Junioren (18-19 J.)

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 1:12:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.55	12:30	22:43	3	1:25	38	4:57	0.55	12:30	22:43	3	1:25	63	4:57
Wechsel S -> R	-	2:32	-	3	0:58	38	1:24	0.55	15:02	27:19	3	2:23	62	6:09
Schwimmen □□□	0.55	15:02	27:19	3	2:23	62	6:09	0.55	15:02	27:19	3	2:23	62	6:09
Rad netto	20.00	40:09	2:00	3	5:14	46	18:49	20.55	55:11	2:41	3	6:45	46	16:06
Wechsel R -> L	-	0:42	-	1	-	5	0:02	20.55	55:53	2:43	3	6:19	61	15:13
Rad □□□	20.00	40:51	2:02	3	4:48	44	16:33	20.55	55:53	2:43	3	6:19	61	15:13
Lauf	5.00	29:02	5:48	3	6:32	55	11:24	25.55	1:24:55	3:19	3	12:51	47	26:37