



9. VR Bank ChariTria Bidingen

Bidingen / 22.08.2021

□□□□

Christian Köhler

□□□: 2:20:32

□□: Gießener Rudergesellschaft 1877 e. V.

□□: 31

□□: 49.25 km

□□□□□/□□□: 33 (of 64)

Chari Tria Olymp (1,25-38.0-10,0)

□□□□□/□: 31 (of 55)

□□□□□□: 1:49:54

□□□□:

□□□□□: 5(of 6)

Männer AK4

□□□□□□□: 1:59:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.25	25:31	20:24	4	6:46	29	8:20	1.25	25:31	20:24	7	6:46	25	8:20
Wechsel S -> R	-	2:46	-	2	1:08	25	2:07	1.25	28:17	22:37	7	7:54	56	9:01
Schwimmen □□□	1.25	28:17	22:37	7	7:54	56	9:01	1.25	28:17	22:37	7	7:54	56	9:01
Rad netto	38.00	1:07:35	1:46	5	8:11	39	37:58	39.25	1:35:52	2:26	7	16:05	56	42:46
Wechsel R -> L	-	2:00	-	4	0:54	44	1:11	39.25	1:37:52	2:29	7	16:59	56	43:57
Rad □□□	38.00	1:09:35	1:49	5	9:05	41	39:09	39.25	1:37:52	2:29	7	16:59	56	43:57
Lauf	10.00	42:40	4:15	4	4:27	25	9:01	49.25	2:20:32	2:51	5	21:26	31	30:38