



9. VR Bank ChariTria Bidingen

Bidingen / 22.08.2021

□□□□

Michael Lik

□□□: 1:49:54

□□: Team Bad Orb - Gesund im Spessart

□□: 34

□□: 49.25 km

□□□□□/□□□: 1 (of 64)

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

□□□□□/□: 1 (of 55)

□□□□□□: 1:49:54

□□□□:

□□□□□: 1(of 5)

Senioren 1 MK40

□□□□□□□: 1:49:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.25	18:34	14:51	2	1:23	2	1:23	1.25	18:34	14:51	6	1:23	56	1:23
Wechsel S -> R	-	2:08	-	2	0:03	13	1:29	1.25	20:42	16:33	6	1:26	56	1:26
Schwimmen □□□	1.25	20:42	16:33	6	1:26	56	1:26	1.25	20:42	16:33	6	1:26	56	1:26
Rad netto	38.00	54:01	1:25	1	-	2	24:24	39.25	1:14:43	1:54	1	-	56	21:37
Wechsel R -> L	-	1:08	-	2	0:12	10	0:19	39.25	1:15:51	1:55	1	-	56	21:56
Rad □□□	38.00	55:09	1:27	1	-	2	24:43	39.25	1:15:51	1:55	1	-	56	21:56
Lauf	10.00	34:03	3:24	1	-	2	0:24	49.25	1:49:54	2:13	1	-	1	-