



9. VR Bank ChariTria Bidingen

Bidingen / 22.08.2021

□□□□

Sebastian Sandner

□□□: 2:15:24

□□: Helaba BSG Triathlon

□□: 36

□□: 49.25 km

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

□□□□□/□□□: 23 (of 64)

□□□□□/□: 23 (of 55)

□□□□□□: 1:49:54

□□□□:

Senioren 1 MK40

□□□□□: 3(of 5)

□□□□□□□: 1:49:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.25	27:22	21:53	4	10:11	37	10:11	1.25	27:22	21:53	6	10:11	56	10:11
Wechsel S -> R	-	2:46	-	3	0:41	25	2:07	1.25	30:08	24:06	6	10:52	56	10:52
Schwimmen □□□	1.25	30:08	24:06	6	10:52	56	10:52	1.25	30:08	24:06	6	10:52	56	10:52
Rad netto	38.00	1:03:29	1:40	3	9:28	24	33:52	39.25	1:33:37	2:23	4	18:54	56	40:31
Wechsel R -> L	-	2:09	-	4	1:13	49	1:20	39.25	1:35:46	2:26	4	19:55	56	41:51
Rad □□□	38.00	1:05:38	1:43	3	10:29	25	35:12	39.25	1:35:46	2:26	4	19:55	56	41:51
Lauf	10.00	39:38	3:57	4	5:35	13	5:59	49.25	2:15:24	2:44	3	25:30	23	25:30