



# 9. VR Bank ChariTria Bidingen

Bidingen / 22.08.2021

□□□□

Martin Malleiner

□□□: 2:11:41

□□: Ohne

□□: 4

□□: 49.25 km

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

□□□□□/□□□: 17 (of 64)

□□□□□/□: 17 (of 55)

□□□□□□: 1:49:54

□□□□:

Senioren 3 MK50

□□□□□: 2(of 8)

□□□□□□□: 2:09:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.25	23:29	18:47	2	0:49	18	6:18	1.25	23:29	18:47	9	0:49	18	6:18
Wechsel S -> R	-	2:29	-	1	-	18	1:50	1.25	25:58	20:46	9	0:47	20	6:42
Schwimmen □□□	1.25	25:58	20:46	9	0:47	20	6:42	1.25	25:58	20:46	9	0:47	20	6:42
Rad netto	38.00	1:01:10	1:36	2	1:11	17	31:33	39.25	1:27:08	2:13	9	0:21	56	34:02
Wechsel R -> L	-	1:25	-	4	0:11	21	0:36	39.25	1:28:33	2:15	9	0:23	56	34:38
Rad □□□	38.00	1:02:35	1:38	2	1:13	18	32:09	39.25	1:28:33	2:15	9	0:23	56	34:38
Lauf	10.00	43:08	4:18	4	3:09	31	9:29	49.25	2:11:41	2:40	2	1:54	17	21:47