



9. VR Bank ChariTria Bidingen

Bidingen / 22.08.2021

□□□□

Lars Ramberger

□□□: 10:57

□□: SC Wiesbaden

□□: 401

□□: 6.25 km

Chari Tria Youth 1 (0,25-5,0-1,0)

□□□□□/□□□: 1 (of 10)

□□□□□/□: 1 (of 6)

□□□□□□: 10:57

□□□□:

Schüler C (8-9 J.)

□□□□□: 1(of 6)

□□□□□□□: 10:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.25	2:03	8:11	1	-	1	-	0.25	2:03	8:11	1	-	1	-
Wechsel S -> R	-	1:24	-	1	-	1	-	0.25	3:27	13:48	1	-	1	-
Schwimmen □□□	0.25	3:27	13:48	1	-	1	-	0.25	3:27	13:48	1	-	1	-
Rad netto	5.00	5:13	1:02	1	-	1	-	5.25	8:40	1:39	1	-	1	-
Wechsel R -> L	-	0:45	-	1	-	1	-	5.25	9:25	1:47	1	-	1	-
Rad □□□	5.00	5:58	1:11	1	-	1	-	5.25	9:25	1:47	1	-	1	-
Lauf	1.00	1:32	1:32	1	-	1	-	6.25	10:57	1:45	1	-	1	-