



# 9. VR Bank ChariTria Bidingen

Bidingen / 22.08.2021

□□□□

Philine Herd

□□□: 1:12:13

□□: VfL Münster

□□: 224

□□: 25.55 km

Chari Tria (0,55-20,0-5,0)

□□□□□/□□□: 36 (of 84)

□□□□□/□: 5 (of 25)

□□□□□□: 55:34

□□□□:

Jugend A (16-17 J.)

□□□□□: 2(of 4)

□□□□□□□: 1:07:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.55	8:18	15:05	1	-	2	0:19	0.55	8:18	15:05	1	-	25	0:19
Wechsel S -> R	-	1:54	-	2	0:11	2	0:11	0.55	10:12	18:32	5	0:03	25	0:03
Schwimmen □□□	0.55	10:12	18:32	5	0:03	25	0:03	0.55	10:12	18:32	5	0:03	25	0:03
Rad netto	20.00	37:58	1:53	3	2:09	8	16:54	20.55	48:10	2:20	5	1:59	26	15:00
Wechsel R -> L	-	0:49	-	2	0:10	3	0:10	20.55	48:59	2:23	5	2:09	26	14:35
Rad □□□	20.00	38:47	1:56	3	2:06	8	16:29	20.55	48:59	2:23	5	2:09	26	14:35
Lauf	5.00	23:14	4:38	4	2:55	8	2:55	25.55	1:12:13	2:49	2	5:04	5	16:39