



9. VR Bank ChariTria Büdingen

Büdingen / 22.08.2021

□□□□

Simon Knarr

□□□: 57:38

□□: TV Groß-Zimmern

□□: 228

□□: 25.55 km

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

□□□□□/□□□: 3 (of 84)

□□□□□/□: 2 (of 59)

□□□□□□: 57:06

□□□□:

Männer AK1

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 57:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.55	7:42	14:00	1	-	4	0:16	0.55	7:42	14:00	1	-	60	0:16
Wechsel S -> R	-	1:38	-	1	-	2	0:05	0.55	9:20	16:58	1	-	60	0:21
Schwimmen □□□	0.55	9:20	16:58	1	-	60	0:21	0.55	9:20	16:58	1	-	60	0:21
Rad netto	20.00	30:27	1:31	1	-	7	9:01	20.55	39:47	1:56	1	-	60	0:18
Wechsel R -> L	-	0:42	-	1	-	5	0:04	20.55	40:29	1:58	1	-	60	0:09
Rad □□□	20.00	31:09	1:33	1	-	7	7:39	20.55	40:29	1:58	1	-	60	0:09
Lauf	5.00	17:09	3:25	1	-	2	0:23	25.55	57:38	2:15	1	-	2	0:32