



9. VR Bank ChariTria Büdingen

Büdingen / 22.08.2021

□□□□

Niclas Grubschat

□□□: 1:19:23

□□: NICHT VORHANDEN!

□□: 249

□□: 25.55 km

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

□□□□□/□□□: 54 (of 84)

□□□□□/□: 43 (of 59)

□□□□□□: 57:06

□□□□:

Männer AK3

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 1:19:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.55	12:10	22:07	1	-	40	4:44	0.55	12:10	22:07	1	-	60	4:44
Wechsel S -> R	-	3:35	-	1	-	51	2:02	0.55	15:45	28:38	1	-	60	6:46
Schwimmen □□□	0.55	15:45	28:38	1	-	60	6:46	0.55	15:45	28:38	1	-	60	6:46
Rad netto	20.00	36:34	1:49	1	-	40	15:08	20.55	52:19	2:32	1	-	60	12:50
Wechsel R -> L	-	2:18	-	1	-	54	1:40	20.55	54:37	2:39	1	-	60	14:17
Rad □□□	20.00	38:52	1:56	1	-	44	15:22	20.55	54:37	2:39	1	-	60	14:17
Lauf	5.00	24:46	4:57	1	-	44	8:00	25.55	1:19:23	3:06	1	-	43	22:17