



9. VR Bank ChariTria Büdingen

Büdingen / 22.08.2021

□□□□

Stefan Theine

□□□: 1:08:40

□□: SC Siedlinghausen

□□: 286

□□: 25.55 km

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

□□□□□/□□□: 23 (of 84)

□□□□□/□: 21 (of 59)

□□□□□□: 57:06

□□□□:

Senioren 3 MK50

□□□□□: 2(of 7)

□□□□□□□: 1:05:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.55	12:41	23:03	4	2:35	46	5:15	0.55	12:41	23:03	4	2:35	60	5:15
Wechsel S -> R	-	2:25	-	2	0:07	30	0:52	0.55	15:06	27:27	4	2:42	60	6:07
Schwimmen □□□	0.55	15:06	27:27	4	2:42	60	6:07	0.55	15:06	27:27	4	2:42	60	6:07
Rad netto	20.00	32:11	1:36	1	-	15	10:45	20.55	47:17	2:18	2	2:42	60	7:48
Wechsel R -> L	-	1:09	-	5	0:20	34	0:31	20.55	48:26	2:21	2	2:56	60	8:06
Rad □□□	20.00	33:20	1:40	2	0:14	18	9:50	20.55	48:26	2:21	2	2:56	60	8:06
Lauf	5.00	20:14	4:02	1	-	12	3:28	25.55	1:08:40	2:41	2	2:53	21	11:34