



9. VR Bank ChariTria Büdingen

Büdingen / 22.08.2021

□□□□

Uwe Hauke

□□□: 1:05:32

□□: Eintracht Frankfurt

□□: 293

□□: 25.55 km

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

□□□□□/□□□: 14 (of 84)

□□□□□/□: 13 (of 59)

□□□□□□: 57:06

□□□□:

Senioren 4 MK55

□□□□□: 1(of 5)

□□□□□□□: 1:05:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.55	10:23	18:52	1	-	20	2:57	0.55	10:23	18:52	1	-	60	2:57
Wechsel S -> R	-	2:14	-	1	-	25	0:41	0.55	12:37	22:56	1	-	60	3:38
Schwimmen □□□	0.55	12:37	22:56	1	-	60	3:38	0.55	12:37	22:56	1	-	60	3:38
Rad netto	20.00	31:14	1:33	1	-	9	9:48	20.55	43:51	2:08	1	-	60	4:22
Wechsel R -> L	-	1:05	-	1	-	31	0:27	20.55	44:56	2:11	1	-	60	4:36
Rad □□□	20.00	32:19	1:36	1	-	9	8:49	20.55	44:56	2:11	1	-	60	4:36
Lauf	5.00	20:36	4:07	2	0:36	16	3:50	25.55	1:05:32	2:33	1	-	13	8:26