



# 9. VR Bank ChariTria Büdingen

Büdingen / 22.08.2021

□□□□

Andreas Reinold

□□□: 1:17:43

□□: Keep on Running Gründau

□□: 295

□□: 25.55 km

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

□□□□□/□□□: 49 (of 84)

□□□□□/□: 40 (of 59)

□□□□□□: 57:06

□□□□:

Senioren 4 MK55

□□□□□: 3(of 5)

□□□□□□□: 1:05:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.55	11:40	21:12	3	1:17	33	4:14	0.55	11:40	21:12	3	1:17	60	4:14
Wechsel S -> R	-	2:44	-	3	0:30	36	1:11	0.55	14:24	26:10	3	1:47	60	5:25
Schwimmen □□□	0.55	14:24	26:10	3	1:47	60	5:25	0.55	14:24	26:10	3	1:47	60	5:25
Rad netto	20.00	37:23	1:52	3	6:09	44	15:57	20.55	51:47	2:31	3	7:56	60	12:18
Wechsel R -> L	-	1:15	-	3	0:10	39	0:37	20.55	53:02	2:34	3	8:06	60	12:42
Rad □□□	20.00	38:38	1:55	3	6:19	43	15:08	20.55	53:02	2:34	3	8:06	60	12:42
Lauf	5.00	24:41	4:56	4	4:41	41	7:55	25.55	1:17:43	3:02	3	12:11	40	20:37