



# 10. VR Bank Charity Triathlon Büdingen

Büdingen / 29.05.2022

□□□□

Gernot Rückziegel

□□□: 2:18:42

□□: Lauffreife Freigericht

□□: 37

□□: 49.25 km

Chari Tria Olymp (1,25-38.0-10,0)

□□□□□/□□□: 15 (of 42)

□□□□□/□: 13 (of 34)

□□□□□□: 1:49:44

□□□□:

Olymp Senioren 4 MK55

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 2:18:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen nett	1.25	23:10	18:32	1	-	9	4:40	1.25	23:10	18:32	1	-	35	4:40
Wechsel S -> R	-	2:56	-	2	0:27	11	1:13	1.25	26:06	20:52	1	-	35	5:53
Schwimmen □□□	1.25	26:06	20:52	1	-	35	5:53	1.25	26:06	20:52	1	-	35	5:53
Rad netto	38.00	1:03:55	1:40	1	-	11	11:09	39.25	1:30:01	2:17	1	-	35	16:34
Wechsel R -> L	-	1:35	-	2	0:16	14	0:43	39.25	1:31:36	2:20	1	-	35	17:17
Rad □□□	38.00	1:05:30	1:43	1	-	11	11:52	39.25	1:31:36	2:20	1	-	35	17:17
Lauf	10.00	47:06	4:42	4	2:48	24	11:41	49.25	2:18:42	2:48	1	-	13	28:58