



10. VR Bank Charity Triathlon Büdingen

Büdingen / 29.05.2022

□□□□

Georgios Lampsakos

□□□: 1:34:49

□□: 179

□□: 25.55 km

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

□□□□□/□□□: 60 (of 70)

□□□□□/□: 50 (of 55)

□□□□□□: 58:31

□□□□:

Männer AK3

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 1:16:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.55	12:50	23:19	2	1:13	37	5:53	0.55	12:50	23:19	2	1:13	37	5:53	
Wechsel S -> R	-	5:57	-	3	3:25	55	4:50	0.55	18:47	34:09	2	4:31	50	10:43	
Schwimmen □□□	0.55	18:47	34:09	2	4:31	50	10:43	0.55	18:47	34:09	2	4:31	50	10:43	
Rad netto	20.00	45:11	2:15	2	9:58	51	15:50	20.55	1:03:58	3:06	2	14:29	50	24:56	
Wechsel R -> L	-	1:38	-	2	0:26	36	0:59	20.55	1:05:36	3:11	2	14:55	51	25:46	
Rad □□□	20.00	46:49	2:20	2	10:24	51	16:40	20.55	1:05:36	3:11	2	14:55	51	25:46	
Lauf	5.00	29:13	5:50	3	3:32	47	12:00	25.55	1:34:49	3:42	2	18:27	50	36:18	