



# 10. VR Bank Charity Triathlon Büdingen

Büdingen / 29.05.2022

□□□□

Sebastian Blum

□□□: 1:09:25

□□: RVW Gambach

□□: 190

□□: 25.55 km

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

□□□□□/□□□: 18 (of 70)

□□□□□/□: 16 (of 55)

□□□□□□: 58:31

□□□□:

Männer AK4

□□□□□: 2(of 5)

□□□□□□□: 1:07:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.55	12:49	23:18	3	2:31	36	5:52	0.55	12:49	23:18	3	2:31	36	5:52
Wechsel S -> R	-	1:32	-	1	-	11	0:25	0.55	14:21	26:05	6	1:45	32	6:17
Schwimmen □□□	0.55	14:21	26:05	6	1:45	32	6:17	0.55	14:21	26:05	6	1:45	32	6:17
Rad netto	20.00	31:51	1:35	1	-	7	2:30	20.55	46:12	2:14	6	0:57	15	7:10
Wechsel R -> L	-	0:49	-	2	0:02	6	0:10	20.55	47:01	2:17	6	0:59	15	7:11
Rad □□□	20.00	32:40	1:38	1	-	6	2:31	20.55	47:01	2:17	6	0:59	15	7:11
Lauf	5.00	22:24	4:28	2	1:06	19	5:11	25.55	1:09:25	2:43	2	2:05	16	10:54