



10. VR Bank Charity Triathlon Büdingen

Büdingen / 29.05.2022

□□□□

Christian Metz

□□□: 1:17:46

□□: 133

□□: 25.55 km

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

□□□□□/□□□: 35 (of 70)

□□□□□/□: 32 (of 55)

□□□□□□: 58:31

□□□□:

Senioren 1 MK40

□□□□□: 6(of 9)

□□□□□□□: 1:08:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.55	8:55	16:12	1	-	10	1:58	0.55	8:55	16:12	1	-	56	1:58
Wechsel S -> R	-	2:13	-	2	0:07	25	1:06	0.55	11:08	20:14	1	-	56	3:04
Schwimmen □□□	0.55	11:08	20:14	1	-	56	3:04	0.55	11:08	20:14	1	-	56	3:04
Rad netto	20.00	38:33	1:55	6	7:15	36	9:12	20.55	49:41	2:25	4	4:09	56	10:39
Wechsel R -> L	-	1:12	-	2	0:18	23	0:33	20.55	50:53	2:28	3	4:06	56	11:03
Rad □□□	20.00	39:45	1:59	6	6:43	36	9:36	20.55	50:53	2:28	3	4:06	56	11:03
Lauf	5.00	26:53	5:22	9	8:18	42	9:40	25.55	1:17:46	3:02	6	9:23	32	19:15