



10. VR Bank Charity Triathlon Büdingen

Büdingen / 29.05.2022

□□□□

Stefan Benz

□□□: 1:19:57

□□: Triathlon-Limeshain

□□: 197

□□: 25.55 km

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

□□□□□/□□□: 43 (of 70)

□□□□□/□: 37 (of 55)

□□□□□□: 58:31

□□□□:

Senioren 4 MK55

□□□□□: 3(of 5)

□□□□□□□: 1:05:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.55	12:42	23:05	4	4:13	35	5:45	0.55	12:42	23:05	4	4:13	56	5:45
Wechsel S -> R	-	2:32	-	3	0:43	29	1:25	0.55	15:14	27:41	5	4:56	56	7:10
Schwimmen □□□	0.55	15:14	27:41	5	4:56	56	7:10	0.55	15:14	27:41	5	4:56	56	7:10
Rad netto	20.00	36:42	1:50	2	3:49	29	7:21	20.55	51:56	2:31	2	8:45	56	12:54
Wechsel R -> L	-	1:33	-	3	0:28	35	0:54	20.55	53:29	2:36	2	9:13	56	13:39
Rad □□□	20.00	38:15	1:54	2	4:17	27	8:06	20.55	53:29	2:36	2	9:13	56	13:39
Lauf	5.00	26:28	5:17	4	5:16	41	9:15	25.55	1:19:57	3:07	3	14:29	37	21:26