



10. VR Bank Charity Triathlon Büdingen

Büdingen / 29.05.2022

□□□□

Dieter Macholdt

□□□: 1:36:14

□□: SKG Sprendlingen

□□: 212

□□: 25.55 km

□□□□□/□□□: 63 (of 70)

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

□□□□□/□: 51 (of 55)

□□□□□□: 58:31

□□□□:

□□□□□: 1(of 2)

Senioren 7 MK70

□□□□□□□: 1:36:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.55	15:53	28:52	1	-	52	8:56	0.55	15:53	28:52	1	-	56	8:56
Wechsel S -> R	-	3:24	-	1	-	47	2:17	0.55	19:17	35:03	1	-	56	11:13
Schwimmen □□□	0.55	19:17	35:03	1	-	56	11:13	0.55	19:17	35:03	1	-	56	11:13
Rad netto	20.00	43:12	2:09	1	-	48	13:51	20.55	1:02:29	3:02	1	-	56	23:27
Wechsel R -> L	-	1:15	-	1	-	25	0:36	20.55	1:03:44	3:06	1	-	56	23:54
Rad □□□	20.00	44:27	2:13	1	-	48	14:18	20.55	1:03:44	3:06	1	-	56	23:54
Lauf	5.00	32:30	6:30	1	-	52	15:17	25.55	1:36:14	3:45	1	-	51	37:43