



10. VR Bank Charity Triathlon Büdingen

Büdingen / 29.05.2022

□□□□

Flavio Alario

□□□: 2:09:03

□□: 25

□□: 49.25 km

Chari Tria Olymp (1,25-38.0-10,0)

□□□□□/□□□: 5 (of 42)

□□□□□/□: 4 (of 34)

□□□□□□: 1:49:44

□□□□:

Olymp Senioren 2 MK45

□□□□□: 1(of 6)

□□□□□□□: 2:09:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.25	21:32	17:13	2	0:13	5	3:02	1.25	21:32	17:13	7	0:13	35	3:02
Wechsel S -> R	-	2:22	-	2	0:20	8	0:39	1.25	23:54	19:07	7	0:33	35	3:41
Schwimmen □□□	1.25	23:54	19:07	7	0:33	35	3:41	1.25	23:54	19:07	7	0:33	35	3:41
Rad netto	38.00	1:04:34	1:41	3	1:42	13	11:48	39.25	1:28:28	2:15	7	2:15	35	15:01
Wechsel R -> L	-	1:26	-	3	0:11	9	0:34	39.25	1:29:54	2:17	7	2:17	35	15:35
Rad □□□	38.00	1:06:00	1:44	3	1:44	13	12:22	39.25	1:29:54	2:17	7	2:17	35	15:35
Lauf	10.00	39:09	3:54	1	-	4	3:44	49.25	2:09:03	2:37	1	-	4	19:19