



10. ITH-Hennesee-Triathlon Staffel

Meschede / 24.06.2017

□□□□

ITH Superbolts 3

□□□: 1:25:27

□□: 57

□□: 17.55 km/h

□□□□: 3:21 min/km

□□: 25.50 km

Volksdistanz Staffel (0,50-20,00-5,00)

□□□□□: 15 (of 22)

□□□□□□: 1:03:44

□□□□:

□□□□□: 15(of 22)

Staffel

□□□□□□: 1:03:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen	0.50	11:58	23:56	10	3:28	10	3:28	0.50	11:58	23:56	10	3:28	10	3:28
Rad	20.00	43:20	2:10	9	6:46	9	6:46	20.50	55:18	2:41	8	10:14	8	10:14
Lauf	5.00	30:09	6:01	20	11:29	20	11:29	25.50	1:25:27	3:21	15	21:43	15	21:43