



10. ITH-Hennesee-Triathlon Staffel

Meschede / 24.06.2017

□□□□

ITH Superbolts 1

□□□: 1:19:24

□□: 43

□□: 18.89 km/h

□□□□: 3:07 min/km

□□: 25.50 km

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

□□□□□: 8 (of 22)

□□□□□□: 1:03:44

□□□□:

□□□□□: 8(of 22)

Staffel

□□□□□□□: 1:03:44

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □□□ | □□ □□□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □□□ | □□ □□□ |
|-----------|----------|----------|--------------|---------|---------|-----------|-----------|-------|---------|-------|---------|---------|-----------|-----------|
| Schwimmen | 0.50 | 10:54 | 21:48 | 7 | 2:24 | 7 | 2:24 | 0.50 | 10:54 | 21:48 | 7 | 2:24 | 7 | 2:24 |
| Rad | 20.00 | 49:18 | 2:27 | 16 | 12:44 | 16 | 12:44 | 20.50 | 1:00:12 | 2:56 | 16 | 15:08 | 16 | 15:08 |
| Lauf | 5.00 | 19:12 | 3:50 | 3 | 0:32 | 3 | 0:32 | 25.50 | 1:19:24 | 3:06 | 8 | 15:40 | 8 | 15:40 |