



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

LUTHER, Anke

□□: Tri Sport Menden

□□: 169

□□: 25.50 km

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

□□□□:

Seniorinnen 1 (40-44 Jahre)

□□□: 1:24:45

□□: 17.70 km/h

□□□□: 3:19 min/km

□□□□□/□□□: 62 (of 157)

□□□□□/□: 12 (of 42)

□□□□□□: 1:12:08

□□□□□: 1(of 7)

□□□□□□□: 1:24:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	10:10	20:19	1	-	8	2:04	0.50	10:10	20:19	1	-	8	2:04	
Rad	20.00	49:45	2:29	1	-	14	7:34	20.50	59:55	2:55	1	-	14	9:38	
Lauf	5.00	24:50	4:58	3	3:16	14	3:34	25.50	1:24:45	3:19	1	-	12	12:37	