



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

PAPENFUß, Jürgen

□□: Kaiserjäger

□□: 193

□□: 25.50 km

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

□□□□:

Senioren 3 (50-54 Jahre)

□□□: 1:27:34

□□: 17.13 km/h

□□□□: 3:26 min/km

□□□□□/□□□: 77 (of 157)

□□□□□/□: 62 (of 115)

□□□□□□: 1:04:56

□□□□□: 10(of 19)

□□□□□□□: 1:05:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	13:27	26:53	15	4:44	90	5:25	0.50	13:27	26:53	15	4:44	90	5:25
Rad	20.00	47:58	2:23	7	10:51	48	10:51	20.50	1:01:25	2:59	8	15:35	57	15:35
Lauf	5.00	26:09	5:13	10	6:39	73	8:55	25.50	1:27:34	3:26	10	22:14	62	22:38