



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

LANGE, Gero

□□: SC Züschen

□□: 221

□□: 25.50 km

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

□□□□:

männliche Jugend A (16+17 Jahre)

□□□: 1:28:06

□□: 17.03 km/h

□□□□: 3:27 min/km

□□□□□/□□□: 79 (of 157)

□□□□□/□: 63 (of 115)

□□□□□□: 1:04:56

□□□□□: 2(of 7)

□□□□□□□: 1:25:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	16:41	33:22	5	7:12	108	8:39	0.50	16:41	33:22	5	7:12	108	8:39	
Rad	20.00	48:29	2:25	1	-	53	11:22	20.50	1:05:10	3:10	3	4:08	77	19:20	
Lauf	5.00	22:56	4:35	1	-	37	5:42	25.50	1:28:06	3:27	2	2:18	63	23:10	