



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

0000

BELLSCHEIDT, Dagmar

00: ohne

00: 164

00: 25.50 km

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

0000:

Seniorinnen 2 (45-49 Jahre)

000: 1:27:38

00: 17.12 km/h

0000: 3:26 min/km

00000/000: 78 (of 157)

00000/0: 16 (of 42)

000000: 1:12:08

00000: 1(of 6)

0000000: 1:27:38

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Schwimmen	0.50	10:32	21:03	1	-	12	2:26	0.50	10:32	21:03	1	-	12	2:26
Rad	20.00	49:58	2:29	1	-	15	7:47	20.50	1:00:30	2:57	1	-	15	10:13
Lauf	5.00	27:08	5:25	3	1:58	22	5:52	25.50	1:27:38	3:26	1	-	16	15:30