



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

TRAPP, Uwe

□□: LT MG-Volksgarten

□□: 218

□□: 25.50 km

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

□□□□:

Senioren 4 (55-59 Jahre)

□□□: 1:29:03

□□: 16.84 km/h

□□□□: 3:29 min/km

□□□□□/□□□: 84 (of 157)

□□□□□/□: 66 (of 115)

□□□□□□: 1:04:56

□□□□□: 6(of 7)

□□□□□□□: 1:16:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	11:33	23:06	3	1:04	48	3:31	0.50	11:33	23:06	3	1:04	48	3:31
Rad	20.00	49:58	2:29	6	7:47	61	12:51	20.50	1:01:31	3:00	6	7:07	58	15:41
Lauf	5.00	27:32	5:30	6	5:02	85	10:18	25.50	1:29:03	3:29	6	12:09	66	24:07