



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

GIESECKE, Sören

□□: KEINER

□□: 166

□□: 25.50 km

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

□□□□:

AK2 männlich (25-29 Jahre)

□□□: 1:29:18

□□: 16.80 km/h

□□□□: 3:30 min/km

□□□□□/□□□: 87 (of 157)

□□□□□/□: 68 (of 115)

□□□□□□: 1:04:56

□□□□□: 11(of 16)

□□□□□□□: 1:08:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	12:19	24:37	10	3:25	72	4:17	0.50	12:19	24:37	10	3:25	72	4:17
Rad	20.00	51:42	2:35	9	11:04	72	14:35	20.50	1:04:01	3:07	8	14:29	70	18:11
Lauf	5.00	25:17	5:03	11	5:58	65	8:03	25.50	1:29:18	3:30	11	20:27	68	24:22