



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

Engel, Werner

□□: ASK München Süd

□□: 226

□□: 25.50 km

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

□□□□:

Senioren 3 (50-54 Jahre)

□□□: 1:26:28

□□: 17.35 km/h

□□□□: 3:23 min/km

□□□□□/□□□: 72 (of 157)

□□□□□/□: 59 (of 115)

□□□□□□: 1:04:56

□□□□□: 9(of 19)

□□□□□□□: 1:05:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	11:58	23:56	7	3:15	60	3:56	0.50	11:58	23:56	7	3:15	60	3:56
Rad	20.00	51:51	2:35	14	14:44	73	14:44	20.50	1:03:49	3:06	13	17:59	69	17:59
Lauf	5.00	22:39	4:31	5	3:09	33	5:25	25.50	1:26:28	3:23	9	21:08	59	21:32