



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

LIESEN, Hubert

□□: TSV Bigge-Olsberg

□□: 206

□□: 25.50 km

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

□□□□:

Senioren 5 (60-64 Jahre)

□□□: 1:29:58

□□: 16.67 km/h

□□□□: 3:32 min/km

□□□□□/□□□: 91 (of 157)

□□□□□/□: 71 (of 115)

□□□□□□: 1:04:56

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 1:23:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	12:18	24:36	2	0:38	71	4:16	0.50	12:18	24:36	2	0:38	71	4:16	
Rad	20.00	52:36	2:37	2	8:22	77	15:29	20.50	1:04:54	3:09	2	9:00	73	19:04	
Lauf	5.00	25:04	5:00	1	-	61	7:50	25.50	1:29:58	3:31	2	6:30	71	25:02	