



# 10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

0000

TIGGES, Sabrina

00: SC Hagen-Wildewiese

00: 153

00: 25.50 km

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

0000:

AK4 weiblich (35-39 Jahre)

000: 1:30:56

00: 16.50 km/h

0000: 3:34 min/km

00000/000: 99 (of 157)

00000/0: 22 (of 42)

000000: 1:12:08

00000: 1(of 1)

0000000: 1:30:56

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	12:55	25:49	1	-	35	4:49	0.50	12:55	25:49	1	-	35	4:49
Rad	20.00	52:17	2:36	1	-	19	10:06	20.50	1:05:12	3:10	1	-	20	14:55
Lauf	5.00	25:44	5:08	1	-	18	4:28	25.50	1:30:56	3:33	1	-	22	18:48