



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

TIGGES, Sabrina

□□: SC Hagen-Wildewiese

□□: 153

□□: 25.50 km

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

□□□□:

AK4 weiblich (35-39 Jahre)

□□□: 1:30:56

□□: 16.50 km/h

□□□□: 3:34 min/km

□□□□□/□□□: 99 (of 157)

□□□□□/□: 22 (of 42)

□□□□□□: 1:12:08

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 1:30:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
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	