



# 10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

## RENNER, Dirk

□□: Sauerländer Berggämse

□□: 167

□□: 25.50 km

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

□□□□:

Senioren 2 (45-49 Jahre)

□□□: 1:32:21

□□: 16.24 km/h

□□□□: 3:37 min/km

□□□□□/□□□: 101 (of 157)

□□□□□/□: 79 (of 115)

□□□□□□: 1:04:56

□□□□□: 14(of 17)

□□□□□□□: 1:05:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	10:46	21:32	7	2:44	31	2:44	0.50	10:46	21:32	7	2:44	31	2:44
Rad	20.00	53:36	2:40	15	14:05	84	16:29	20.50	1:04:22	3:08	14	16:18	71	18:32
Lauf	5.00	27:59	5:35	15	10:05	88	10:45	25.50	1:32:21	3:37	14	26:23	79	27:25