



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

0000

SCHULTE, Ralf

00: Fit4Tri Lippstadt

00: 238

00: 25.50 km

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

0000:

Senioren 2 (45-49 Jahre)

000: 1:33:12

00: 16.09 km/h

0000: 3:39 min/km

00000/000: 106 (of 157)

00000/0: 83 (of 115)

000000: 1:04:56

00000: 15(of 17)

0000000: 1:05:58

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	13:02	26:03	15	5:00	82	5:00	0.50	13:02	26:03	15	5:00	82	5:00
Rad	20.00	48:46	2:26	13	9:15	55	11:39	20.50	1:01:48	3:00	13	13:44	60	15:58
Lauf	5.00	31:24	6:16	16	13:30	101	14:10	25.50	1:33:12	3:39	15	27:14	83	28:16