



10. ITH-Henneseer-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

RING, Dunja

□□: Tri-Cops Warstein

□□: 142

□□: 25.50 km

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

□□□□:

Seniorinnen 2 (45-49 Jahre)

□□□: 1:35:36

□□: 15.69 km/h

□□□□: 3:45 min/km

□□□□□/□□□: 111 (of 157)

□□□□□/□: 24 (of 42)

□□□□□□: 1:12:08

□□□□□: 3(of 6)

□□□□□□□: 1:27:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	13:11	26:22	5	2:39	38	5:05	0.50	13:11	26:22	5	2:39	38	5:05
Rad	20.00	56:50	2:50	3	6:52	27	14:39	20.50	1:10:01	3:24	4	9:31	31	19:44
Lauf	5.00	25:35	5:06	2	0:25	17	4:19	25.50	1:35:36	3:44	3	7:58	24	23:28