



# 10. ITH-Hennesees-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

**CURDES, Björn**

□□: SV Herdringen

□□: 181

□□: 25.50 km

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

□□□□:

Senioren 1 (40-44 Jahre)

□□□: 1:35:50

□□: 15.65 km/h

□□□□: 3:46 min/km

□□□□□/□□□: 112 (of 157)

□□□□□/□: 88 (of 115)

□□□□□□: 1:04:56

□□□□□: 13(of 13)

□□□□□□□: 1:04:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	13:33	27:06	12	5:10	91	5:31	0.50	13:33	27:06	12	5:10	91	5:31	
Rad	20.00	56:31	2:49	13	19:22	92	19:24	20.50	1:10:04	3:25	13	24:14	93	24:14	
Lauf	5.00	25:46	5:09	8	8:32	70	8:32	25.50	1:35:50	3:45	13	30:54	88	30:54	