



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

AMMANN, Nicole

□□: TriFUN Kleve e.V

□□: 118

□□: 25.50 km

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

□□□□:

Seniorinnen 2 (45-49 Jahre)

□□□: 1:41:49

□□: 14.73 km/h

□□□□: 3:59 min/km

□□□□□/□□□: 130 (of 157)

□□□□□/□: 33 (of 42)

□□□□□□: 1:12:08

□□□□□: 5(of 6)

□□□□□□□: 1:27:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	13:17	26:33	6	2:45	39	5:11	0.50	13:17	26:33	6	2:45	39	5:11	
Rad	20.00	57:47	2:53	5	7:49	30	15:36	20.50	1:11:04	3:27	5	10:34	32	20:47	
Lauf	5.00	30:45	6:09	4	5:35	34	9:29	25.50	1:41:49	3:59	5	14:11	33	29:41	