



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

MIMBERG, Albert

□□: SV Hirschberg

□□: 261

□□: 25.50 km

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

□□□□:

Senioren 3 (50-54 Jahre)

□□□: 1:44:32

□□: 14.35 km/h

□□□□: 4:06 min/km

□□□□□/□□□: 137 (of 157)

□□□□□/□: 100 (of 115)

□□□□□□: 1:04:56

□□□□□: 17(of 19)

□□□□□□□: 1:05:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	12:44	25:27	13	4:01	76	4:42	0.50	12:44	25:27	13	4:01	76	4:42
Rad	20.00	58:18	2:54	17	21:11	95	21:11	20.50	1:11:02	3:27	17	25:12	95	25:12
Lauf	5.00	33:30	6:42	17	14:00	106	16:16	25.50	1:44:32	4:05	17	39:12	100	39:36