



# 10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

**PAGON, Ulrike**

□□: TV Attendorn TRI-TIME

□□: 216

□□: 25.50 km

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

□□□□:

Seniorinnen 3 (50-54 Jahre)

□□□: 1:41:27

□□: 14.79 km/h

□□□□: 3:59 min/km

□□□□□/□□□: 129 (of 157)

□□□□□/□: 32 (of 42)

□□□□□□: 1:12:08

□□□□□: 5(of 6)

□□□□□□□: 1:18:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	10:49	21:37	4	1:15	17	2:43	0.50	10:49	21:37	4	1:15	17	2:43
Rad	20.00	58:32	2:55	6	15:20	32	16:21	20.50	1:09:21	3:22	6	15:27	29	19:04
Lauf	5.00	32:06	6:25	5	10:02	37	10:50	25.50	1:41:27	3:58	5	22:54	32	29:19