



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

BECHER, Sabine

□□: TPSK

□□: 256

□□: 25.50 km

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

□□□□:

Seniorinnen 3 (50-54 Jahre)

□□□: 1:46:57

□□: 14.03 km/h

□□□□: 4:11 min/km

□□□□□/□□□: 142 (of 157)

□□□□□/□: 39 (of 42)

□□□□□□: 1:12:08

□□□□□: 6(of 6)

□□□□□□□: 1:18:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	11:17	22:33	5	1:43	24	3:11	0.50	11:17	22:33	5	1:43	24	3:11
Rad	20.00	57:13	2:51	5	14:01	29	15:02	20.50	1:08:30	3:20	5	14:36	27	18:13
Lauf	5.00	38:27	7:41	6	16:23	41	17:11	25.50	1:46:57	4:11	6	28:24	39	34:49