



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

BOCKEY, Elmar

□□: TriCops Warstein

□□: 245

□□: 25.50 km

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

□□□□:

Senioren 1 (40-44 Jahre)

□□□: 1:24:11

□□: 17.82 km/h

□□□□: 3:18 min/km

□□□□□/□□□: 59 (of 157)

□□□□□/□: 48 (of 115)

□□□□□□: 1:04:56

□□□□□: 7(of 13)

□□□□□□□: 1:04:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	11:59	23:57	11	3:36	61	3:57	0.50	11:59	23:57	11	3:36	61	3:57
Rad	20.00	47:13	2:21	7	10:04	44	10:06	20.50	59:12	2:53	7	13:22	44	13:22
Lauf	5.00	24:59	4:59	6	7:45	57	7:45	25.50	1:24:11	3:18	7	19:15	48	19:15