



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

KREUDER, Jörg

□□: RSG AJ Triteam

□□: 443

□□: 55.50 km

Olympische Distanz (1,50-44,00-10,00)

□□□□:

Senioren 2 (45-49 Jahre)

□□□: 2:56:37

□□: 18.68 km/h

□□□□: 3:11 min/km

□□□□□/□□□: 40 (of 84)

□□□□□/□: 36 (of 69)

□□□□□□: 2:18:58

□□□□□: 9(of 17)

□□□□□□□: 2:31:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	1.50	36:45	24:30	14	13:51	62	15:51	1.50	36:45	24:30	14	13:51	62	15:51
Rad	44.00	1:31:23	2:04	7	7:44	22	12:24	45.50	2:08:08	2:48	11	19:49	39	26:29
Lauf	10.00	48:29	4:50	7	7:59	31	11:10	55.50	2:56:37	3:10	9	25:16	36	37:39