



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

RISTHAUS, Piet

□□: Vereinslos

□□: 450

□□: 55.50 km

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

□□□□:

AK3 männlich (30-34 Jahre)

□□□: 2:58:39

□□: 18.47 km/h

□□□□: 3:13 min/km

□□□□□/□□□: 44 (of 84)

□□□□□/□: 39 (of 69)

□□□□□□: 2:18:58

□□□□□: 5(of 7)

□□□□□□□: 2:27:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	1.50	33:44	22:29	7	9:10	54	12:50	1.50	33:44	22:29	7	9:10	54	12:50
Rad	44.00	1:33:38	2:07	4	9:58	29	14:39	45.50	2:07:22	2:47	5	19:08	38	25:43
Lauf	10.00	51:17	5:07	5	11:40	39	13:58	55.50	2:58:39	3:13	5	30:48	39	39:41