



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

RUMP, Mario

□□: DJK GWA Amelsbüren

□□: 496

□□: 55.50 km

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

□□□□:

Senioren 1 (40-44 Jahre)

□□□: 3:02:03

□□: 18.13 km/h

□□□□: 3:17 min/km

□□□□□/□□□: 50 (of 84)

□□□□□/□: 43 (of 69)

□□□□□□: 2:18:58

□□□□□: 9(of 16)

□□□□□□□: 2:39:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	1.50	29:43	19:48	6	2:32	35	8:49	1.50	29:43	19:48	6	2:32	35	8:49
Rad	44.00	1:41:44	2:18	10	16:30	51	22:45	45.50	2:11:27	2:53	9	18:40	45	29:48
Lauf	10.00	50:36	5:03	9	7:15	37	13:17	55.50	3:02:03	3:16	9	22:30	43	43:05