



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

KRASCH, Joachim

□□: vereinslos

□□: 441

□□: 55.50 km

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

□□□□:

Senioren 2 (45-49 Jahre)

□□□: 3:05:40

□□: 17.77 km/h

□□□□: 3:21 min/km

□□□□□/□□□: 58 (of 84)

□□□□□/□: 49 (of 69)

□□□□□□: 2:18:58

□□□□□: 12(of 17)

□□□□□□□: 2:31:21

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Schwimmen | 1.50 | 35:05 | 23:23 | 12 | 12:11 | 60 | 14:11 | 1.50 | 35:05 | 23:23 | 12 | 12:11 | 60 | 14:11 |
| Rad | 44.00 | 1:39:22 | 2:15 | 12 | 15:43 | 43 | 20:23 | 45.50 | 2:14:27 | 2:57 | 13 | 26:08 | 50 | 32:48 |
| Lauf | 10.00 | 51:13 | 5:07 | 9 | 10:43 | 38 | 13:54 | 55.50 | 3:05:40 | 3:20 | 12 | 34:19 | 49 | 46:42 |