



# 10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

## SCHLIFFKA, Markus

□□: Lokomotive Kamen

□□: 428

□□: 55.50 km

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

□□□□:

AK4 männlich (35-39 Jahre)

□□□: 3:08:58

□□: 17.46 km/h

□□□□: 3:24 min/km

□□□□□/□□□: 61 (of 84)

□□□□□/□: 51 (of 69)

□□□□□□: 2:18:58

□□□□□: 7(of 8)

□□□□□□□: 2:40:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	1.50	33:26	22:17	8	8:02	52	12:32	1.50	33:26	22:17	8	8:02	52	12:32
Rad	44.00	1:41:56	2:19	7	15:25	52	22:57	45.50	2:15:22	2:58	7	21:59	51	33:43
Lauf	10.00	53:36	5:21	8	11:39	50	16:17	55.50	3:08:58	3:24	7	28:46	51	50:00