



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

LEBEK, Marco

□□: KORDA - Running Team

□□: 447

□□: 55.50 km

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

□□□□:

Senioren 1 (40-44 Jahre)

□□□: 3:16:04

□□: 16.83 km/h

□□□□: 3:32 min/km

□□□□□/□□□: 66 (of 84)

□□□□□/□: 56 (of 69)

□□□□□□: 2:18:58

□□□□□: 12(of 16)

□□□□□□□: 2:39:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	1.50	31:11	20:47	10	4:00	43	10:17	1.50	31:11	20:47	10	4:00	43	10:17
Rad	44.00	1:49:20	2:29	13	24:06	59	30:21	45.50	2:20:31	3:05	12	27:44	57	38:52
Lauf	10.00	55:33	5:33	11	12:12	54	18:14	55.50	3:16:04	3:31	12	36:31	56	57:06