



10. ITH-Hennesees-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

Wendlandt, Ilka

Wendlandt, Ilka

RTC Frechen

492

55.50 km

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

Seniorinnen 1 (40-44 Jahre)

Seniorinnen 1 (40-44 Jahre)

3:34:23

15.39 km/h

3:52 min/km

78 (of 84)

13 (of 15)

2:36:33

1 (of 1)

3:34:23

Wendlandt, Ilka

Wendlandt, Ilka

Wendlandt, Ilka

Sportart	km	min/km	-	-	min	h	km	min/km	-	-	min	h		
	km	min/km	-	-	min	h	km	min/km	-	-	min	h		
Schwimmen	1.50	36:39	24:26	1	-	15	9:54	1.50	36:39	24:26	1	-	15	9:54
Rad	44.00	1:56:36	2:38	1	-	13	28:19	45.50	2:33:15	3:22	1	-	14	37:33
Lauf	10.00	1:01:08	6:06	1	-	13	20:17	55.50	3:34:23	3:51	1	-	13	57:50