



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

0000

LENZ, Joerg

00: W+F Münster

00: 178

00: 25.50 km

Volksdistanz (0,50-20,00-5,00)

0000:

Senioren 2 (45-49 Jahre)

000: 1:11:05

00: 21.10 km/h

0000: 2:47 min/km

00000/000: 10 (of 157)

00000/0: 10 (of 115)

000000: 1:04:56

00000: 3(of 17)

0000000: 1:05:58

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Schwimmen	0.50	8:11	16:22	2	0:09	2	0:09	0.50	8:11	16:22	2	0:09	2	0:09
Rad	20.00	41:22	2:04	4	1:51	14	4:15	20.50	49:33	2:25	2	1:29	6	3:43
Lauf	5.00	21:32	4:18	6	3:38	22	4:18	25.50	1:11:05	2:47	3	5:07	10	6:09