



# 10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

LAMOTTE, Burkhard

□□: PSV Brilon

□□: 246

□□: 25.50 km

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

□□□□:

Senioren 2 (45-49 Jahre)

□□□: 1:11:59

□□: 20.84 km/h

□□□□: 2:49 min/km

□□□□□/□□□: 11 (of 157)

□□□□□/□: 11 (of 115)

□□□□□□: 1:04:56

□□□□□: 4(of 17)

□□□□□□□: 1:05:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	8:45	17:30	3	0:43	7	0:43	0.50	8:45	17:30	3	0:43	7	0:43	
Rad	20.00	43:04	2:09	6	3:33	18	5:57	20.50	51:49	2:31	3	3:45	12	5:59	
Lauf	5.00	20:10	4:01	3	2:16	10	2:56	25.50	1:11:59	2:49	4	6:01	11	7:03	