



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

0000

STEINHAUSEN, Mario

00: SC Züschen

00: 243

00: 25.50 km

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

0000:

AK3 männlich (30-34 Jahre)

000: 1:15:44

00: 19.81 km/h

0000: 2:58 min/km

00000/000: 21 (of 157)

00000/0: 20 (of 115)

000000: 1:04:56

00000: 2(of 11)

0000000: 1:14:02

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	9:59	19:57	3	0:21	20	1:57	0.50	9:59	19:57	3	0:21	20	1:57
Rad	20.00	43:54	2:11	2	0:42	22	6:47	20.50	53:53	2:37	1	-	19	8:03
Lauf	5.00	21:51	4:22	4	1:43	24	4:37	25.50	1:15:44	2:58	2	1:42	20	10:48