



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

SCHWEDA, Thomas

□□: Tri-Sport-Team TV Verl

□□: 185

□□: 25.50 km

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

□□□□:

Senioren 2 (45-49 Jahre)

□□□: 1:16:00

□□: 19.74 km/h

□□□□: 2:59 min/km

□□□□□/□□□: 23 (of 157)

□□□□□/□: 22 (of 115)

□□□□□□: 1:04:56

□□□□□: 8(of 17)

□□□□□□□: 1:05:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	10:49	21:37	8	2:47	33	2:47	0.50	10:49	21:37	8	2:47	33	2:47
Rad	20.00	44:03	2:12	9	4:32	25	6:56	20.50	54:52	2:40	9	6:48	29	9:02
Lauf	5.00	21:08	4:13	4	3:14	17	3:54	25.50	1:16:00	2:58	8	10:02	22	11:04