



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

FAUST, Boris

□□: FC Lennestadt

□□: 141

□□: 25.50 km

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

□□□□:

Senioren 2 (45-49 Jahre)

□□□: 1:16:22

□□: 19.64 km/h

□□□□: 2:59 min/km

□□□□□/□□□: 25 (of 157)

□□□□□/□: 24 (of 115)

□□□□□□: 1:04:56

□□□□□: 9(of 17)

□□□□□□□: 1:05:58

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Schwimmen | 0.50 | 10:41 | 21:22 | 6 | 2:39 | 28 | 2:39 | 0.50 | 10:41 | 21:22 | 6 | 2:39 | 28 | 2:39 | |
| Rad | 20.00 | 43:48 | 2:11 | 7 | 4:17 | 21 | 6:41 | 20.50 | 54:29 | 2:39 | 8 | 6:25 | 26 | 8:39 | |
| Lauf | 5.00 | 21:53 | 4:22 | 8 | 3:59 | 25 | 4:39 | 25.50 | 1:16:22 | 2:59 | 9 | 10:24 | 24 | 11:26 | |