



10. ITH-Henneseer-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

0000

ESTER, Christian

00: SG Scharfenberg-Altenbüren

00: 257

00: 25.50 km

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

0000:

AK2 männlich (25-29 Jahre)

000: 1:17:32

00: 19.35 km/h

0000: 3:02 min/km

00000/000: 28 (of 157)

00000/0: 26 (of 115)

000000: 1:04:56

00000: 4(of 16)

0000000: 1:08:51

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	9:45	19:30	3	0:51	15	1:43	0.50	9:45	19:30	3	0:51	15	1:43
Rad	20.00	43:59	2:11	3	3:21	23	6:52	20.50	53:44	2:37	3	4:12	17	7:54
Lauf	5.00	23:48	4:45	8	4:29	52	6:34	25.50	1:17:32	3:02	4	8:41	26	12:36