



10. ITH-Henneseer-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

ESTER, Christian

□□: SG Scharfenberg-Altenbüren

□□: 257

□□: 25.50 km

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

□□□□:

AK2 männlich (25-29 Jahre)

□□□: 1:17:32

□□: 19.35 km/h

□□□□: 3:02 min/km

□□□□□/□□□: 28 (of 157)

□□□□□/□: 26 (of 115)

□□□□□□: 1:04:56

□□□□□: 4(of 16)

□□□□□□□: 1:08:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
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