



# 10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

**MANICKE, Björn**

□□: Marmeladentonies

□□: 306

□□: 25.20 km

Sprintdistanz (0,2,- 20,00,- 5,00)

□□□□:

Senioren 1 (40-44 Jahre)

□□□: 1:18:06

□□: 19.36 km/h

□□□□: 3:06 min/km

□□□□□/□□□: 8 (of 19)

□□□□□/□: 5 (of 9)

□□□□□□: 1:04:46

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 1:18:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.20	5:05	25:24	2	0:43	7	0:56	0.20	5:05	25:24	2	0:43	7	0:56
Rad	20.00	49:38	2:28	1	-	5	9:04	20.20	54:43	2:42	1	-	5	10:00
Lauf	5.00	23:23	4:40	1	-	5	3:20	25.20	1:18:06	3:05	1	-	5	13:20