



10. ITH-Henneseer-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

0000

HARTWIG, Constantin

00: Bad Grandpas Düsseldorf

00: 146

00: 25.50 km

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

0000:

AK3 männlich (30-34 Jahre)

000: 1:18:52

00: 19.02 km/h

0000: 3:05 min/km

00000/000: 33 (of 157)

00000/0: 30 (of 115)

000000: 1:04:56

00000: 6(of 11)

0000000: 1:14:02

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	10:38	21:15	4	1:00	27	2:36	0.50	10:38	21:15	4	1:00	27	2:36
Rad	20.00	47:03	2:21	8	3:51	42	9:56	20.50	57:41	2:48	8	3:48	40	11:51
Lauf	5.00	21:11	4:14	3	1:03	21	3:57	25.50	1:18:52	3:05	6	4:50	30	13:56