



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

□□□□

STAHLMECKE, Peter

□□: Köln

□□: 189

□□: 25.50 km

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

□□□□:

AK4 männlich (35-39 Jahre)

□□□: 1:23:30

□□: 17.96 km/h

□□□□: 3:16 min/km

□□□□□/□□□: 56 (of 157)

□□□□□/□: 46 (of 115)

□□□□□□: 1:04:56

□□□□□: 1(of 10)

□□□□□□□: 1:23:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	11:34	23:07	5	3:06	49	3:32	0.50	11:34	23:07	5	3:06	49	3:32
Rad	20.00	48:10	2:24	2	1:28	51	11:03	20.50	59:44	2:54	2	0:10	49	13:54
Lauf	5.00	23:46	4:45	3	0:16	50	6:32	25.50	1:23:30	3:16	1	-	46	18:34