

17. Altenaer Triathlon am 18. Juli 2004**Ergebnisliste****Volkstriathlon 500m - 18km - 4,5km - Stadtmeisterschaften****Männer**

Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Pl. AK	Pl. S	Schwimmen	Pl. R	Rad	Pl. n.R	nach Rad	Pl. L	Laufen
1	8	Glasow Andreas	SSG Altena	1:02:37	M40	1	2	0:10:32	1	0:33:26	1	0:43:59	1	0:18:38
2	9	Riese Jörg	SSG Altena	1:09:11	MHK	1	1	0:10:13	2	0:35:48	2	0:46:01	2	0:23:10
3	7	Wurm-Sönnecken Andr	TSV Altena	1:14:04	M40	2	6	0:12:14	3	0:37:55	4	0:50:09	3	0:23:54
4	4	Fröhlich Thomas	* Altena	1:15:00	M40	3	5	0:10:51	4	0:38:56	3	0:49:47	4	0:25:12
5	6	Gerland Dominik	TV Städtisch Rahmed	1:17:38	MJA	1	3	0:10:33	6	0:41:27	6	0:52:01	5	0:25:36
6	5	Benz Helmut	SSG Altena	1:19:23	M45	1	4	0:10:37	5	0:40:44	5	0:51:22	6	0:28:01

17. Altenaer Triathlon am 18. Juli 2004

Ergebnisliste

Volkstriathlon 500m - 18km - 4,5km - Stadtmeisterschaften

Frauen

Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Pl.	AK	Pl.	S	Schwimmen	Pl.	R	Rad	Pl.n.R	nach Rad	Pl.	L	Laufen
1	1	Flusche Gundula	TSV Altena	1:24:07	WHK	1	1	1	0:12:33	1	0:44:03	1	0:56:37	1	0:27:30			