

Ironman 70.3 in Dublin

Helmut nahm bei heurigen Ironman in Dublin (Halbdistanz) teil.



Alles begann mit 1,9km schwimmen in 16 Grad Celsius kaltem Wasser!! Dies war natürlich eine sehr große Herausforderung. Trotzdem legte er diese Distanz in 46:20 zurück.



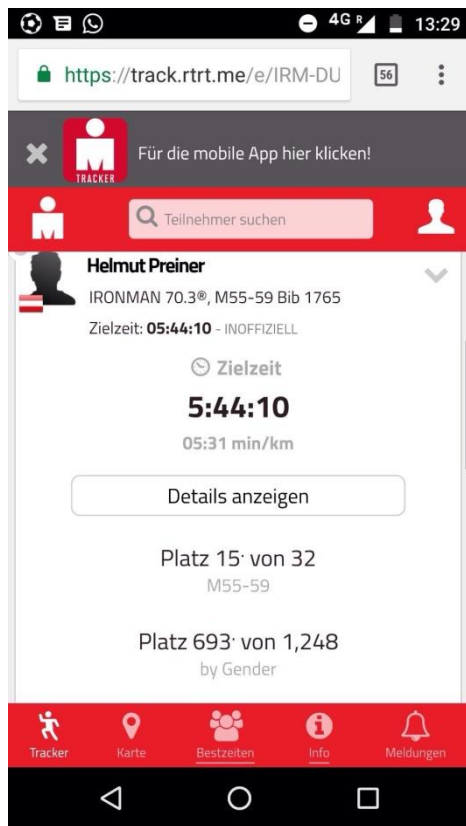
Darauf folgte 90km Radfahren mit 550 Höhenmetern. Für diese Distanz benötigte Helmut 02:42:50.



Zu guter Letzt galt es noch, einen Halbmarathon zu laufen (21.195km), für den Helmut 01:56:03 benötigte.



Mit dieser tollen Leistung wurde Helmut gesamt 737. Und in seiner Altersklasse 15.



Wir alle gratulieren Helmut zu dieser tollen Leistung!



Zu den Ergebnissen: <http://eu.ironman.com/triathlon/coverage/athlete-tracker.aspx?race=dublin70.3&y=2017>