

## Ironman de Lanzarote

Soumis par Philippe

31-10-2009

Dernière mise à jour : 31-10-2009

Monika RIECK a participé à l'Ironman de Lanzarote le samedi 23 mai dans un décor de rêve. Lanzarote est une île située dans l'Océan Atlantique face aux côtes africaines et appartenant à l'archipel des îles Canaries. Monika a réalisé un très bon temps de 15 h 31 mn 19 s sur les trois distances hors normes : 4 km de natation, 180 km de vélo, et 42 km 195 de course à pied.

Natation : 1 h 33 mn 35 s

Vélo : 8 h 17 mn 04 s

Course à pied : 5 h 14 mn 56

Toutes nos félicitations.

Club de triathlon de Saint-Tropez