



9. Cross Triathlon Friedrichroda
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Ernst, Beate

□□□: 2:01:56

□□: Sonntagsläufer

□□: 170

□□: 29.40 km

□□□□□/□□□: 105 (of 132)

Einzel Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

□□□□□/□: 10 (of 19)

□□□□□□: 1:35:38

□□□□:

□□□□□: 3(of 8)

Triathlon Frauen AK40

□□□□□□□: 1:38:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.40	9:23	23:27	2	1:37	5	3:04	0.40	9:23	23:27	9	1:37	20	
Rad	23.00	1:17:05	3:21	4	15:59	12	18:44	23.40	1:26:28	3:41	9	17:36	20	
Lauf	6.00	35:28	5:54	4	5:46	8	5:46	29.40	2:01:56	4:08	3	23:22	10	26:18