



9. Cross Triathlon Friedrichroda
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Bock, Marco

□□□: 1:50:45

□□: Waltershausen

□□: 231

□□: 29.40 km

□□□□□/□□□: 66 (of 132)

Einzel Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

□□□□□/□: 62 (of 113)

□□□□□□: 1:21:31

□□□□:

□□□□□: 22(of 35)

Triathlon Männer AK30

□□□□□□□: 1:23:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.40	10:04	25:09	31	3:09	84	4:19	0.40	10:04	25:09	36	2:32	114	2:43
Rad	23.00	1:02:21	2:42	16	1:02:21	43	1:02:21	23.40	1:12:25	3:05	7		112	6:01
Lauf	6.00	38:20	6:23	29	13:28	90	13:28	29.40	1:50:45	3:46	22	26:58	62	29:14