



9. Cross Triathlon Friedrichroda  
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Fricke, Monika

□□□: 2:14:28

□□: AC Apolda

□□: 207

□□: 29.40 km

Einzel Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

□□□□□/□□□: 124 (of 132)

□□□□□/□: 16 (of 19)

□□□□□□: 1:35:38

□□□□:

Triathlon Frauen AK50

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 2:14:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.40	9:26	23:34	1	-	6	3:07	0.40	9:26	23:34	1	-	20	
Rad	23.00	1:22:30	3:35	1	-	16	24:09	23.40	1:31:56	3:55	1	-	20	3:44
Lauf	6.00	42:32	7:05	1	-	16	12:50	29.40	2:14:28	4:34	1	-	16	38:50