



9. Cross Triathlon Friedrichroda
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Skrowny, Ivonne

□□□: 2:18:50

□□: Gotha

□□: 226

□□: 29.40 km

Einzel Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

□□□□□/□□□: 128 (of 132)

□□□□□/□: 18 (of 19)

□□□□□□: 1:35:38

□□□□:

Triathlon Frauen AK20

□□□□□: 5(of 5)

□□□□□□□: 1:35:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.40	9:28	23:39	3	3:09	7	3:09	0.40	9:28	23:39	6	3:09	20	
Rad	23.00	1:29:10	3:52	5	30:23	18	30:49	23.40	1:38:38	4:12	6	33:32	20	10:26
Lauf	6.00	40:12	6:42	5	9:40	14	10:30	29.40	2:18:50	4:43	5	43:12	18	43:12