



9. Cross Triathlon Friedrichroda
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Härtel, Ronny

□□□: 3:05:17

□□: HSV Weimar

□□: 342

□□: 55.80 km

XL-Cross (0.8 / 45.0 / 10.0)

□□□□□/□□□: 10 (of 46)

□□□□□/□: 10 (of 40)

□□□□□□: 2:40:33

□□□□:

Triathlon Männer AK20

□□□□□: 5(of 11)

□□□□□□□: 2:40:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.80	15:15	19:03	6	2:36	13	2:36	0.80	15:15	19:03	12	2:16	17	
Rad	45.00	1:58:04	2:37	7	18:35	17	1:58:04	45.80	2:13:19	2:54	12	20:15	40	
Lauf	10.00	51:58	5:11	5	6:00	9	51:58	55.80	3:05:17	3:19	5	24:44	11	1:27:11