



9. Cross Triathlon Friedrichroda  
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Lehmann, Christian

□□□: 3:19:26

□□: Friedrichroda

□□: 331

□□: 55.80 km

XL-Cross (0.8 / 45.0 / 10.0)

□□□□□/□□□: 22 (of 46)

□□□□□/□: 21 (of 40)

□□□□□□: 2:40:33

□□□□:

Triathlon Männer AK30

□□□□□: 3(of 13)

□□□□□□□: 3:02:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.80	21:23	26:43	12	6:55	39	8:44	0.80	21:23	26:43	14	6:35	41	0:45
Rad	45.00	2:04:00	2:45	7	10:56	26	2:04:00	45.80	2:25:23	3:10	14		40	
Lauf	10.00	54:03	5:24	2	54:03	11	54:03	55.80	3:19:26	3:34	3	17:07	22	1:41:20