



9. Cross Triathlon Friedrichroda
99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Krunig, Raik

□□□: 1:50:17

□□: PUMA AG / Bayern

□□: 110

□□: 29.40 km

□□□□□/□□□: 64 (of 132)

Einzel Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

□□□□□/□: 60 (of 113)

□□□□□□: 1:21:31

□□□□:

□□□□□: 22(of 38)

Triathlon Männer AK40

□□□□□□□: 1:26:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.40	8:59	22:27	20	2:08	56	3:14	0.40	8:59	22:27	39		114	1:38
Rad	23.00	1:10:14	3:03	29	11:10:14	83	11:10:14	23.40	1:19:13	3:23	38		112	12:49
Lauf	6.00	31:04	5:10	10	5:49	26	6:12	29.40	1:50:17	3:45	22	24:02	60	28:46