



9. Cross Triathlon Friedrichroda
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Stern, Sebastian

□□□: 3:29:39

□□: Erfurt

□□: 311

□□: 55.80 km

XL-Cross (0.8 / 45.0 / 10.0)

□□□□□/□□□: 26 (of 46)

□□□□□/□: 25 (of 40)

□□□□□□: 2:40:33

□□□□:

Triathlon Männer AK30

□□□□□: 6(of 13)

□□□□□□□: 3:02:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.80	19:00	23:45	8	4:32	30	6:21	0.80	19:00	23:45	14	4:12	41	
Rad	45.00	2:01:14	2:41	4	8:10	23	2:01:14	45.80	2:20:14	3:03	4		40	
Lauf	10.00	1:09:25	6:56	9	1:09:25	34	1:09:25	55.80	3:29:39	3:45	6	27:20	26	1:51:33