



9. Cross Triathlon Friedrichroda
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Hiersemann, Emil

□□□: 20:25

□□: FRV Tenneberg Waltershausen

□□: 17

□□: 5.10 km

□□□□□/□□□: 3 (of 28)

Einsteiger (0.1 / 4.0 / 1.0)

□□□□□/□: 3 (of 19)

□□□□□□: 19:06

□□□□:

□□□□□: 1(of 1)

männliche Einsteiger AK 15-19

□□□□□□□: 20:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.10	3:41	36:49	1	-	15	1:05	0.10	3:41	36:49	1	-	20	0:26
Rad	4.00	12:14	3:03	1	-	4	0:51	4.10	15:55	3:52	1	-	20	
Lauf	1.00	4:30	4:30	1	-	1	-	5.10	20:25	4:00	1	-	3	1:19