



9. Cross Triathlon Friedrichroda
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Urban, Axel

□□□: 23:53

□□: Partyservice Urban

□□: 31

□□: 5.10 km

□□□□□/□□□: 15 (of 28)

Einsteiger (0.1 / 4.0 / 1.0)

□□□□□/□: 14 (of 19)

□□□□□□: 19:06

□□□□:

□□□□□: 4(of 6)

männliche Einsteiger AK 8-10

□□□□□□□: 19:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.10	3:26	34:19	4	0:36	14	0:50	0.10	3:26	34:19	3	0:35	20	0:11	
Rad	4.00	15:05	3:46	5	3:21	16	3:42	4.10	18:31	4:30	3	3:56	20	1:03	
Lauf	1.00	5:22	5:21	2	0:51	8	0:52	5.10	23:53	4:40	4	4:47	14	4:47	