



9. Cross Triathlon Friedrichroda  
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Siegemund, Maris

□□□: 28:11

□□: Friedrichroda

□□: 32

□□: 5.10 km

□□□□□/□□□: 26 (of 28)

Einsteiger (0.1 / 4.0 / 1.0)

□□□□□/□: 19 (of 19)

□□□□□□: 19:06

□□□□:

□□□□□: 6(of 6)

männliche Einsteiger AK 8-10

□□□□□□□: 19:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.10	3:45	37:30	5	0:55	16	1:09	0.10	3:45	37:30	6	0:54	7	0:30
Rad	4.00	18:48	4:42	6	7:04	19	7:25	4.10	22:33	5:30	6	7:58	20	5:05
Lauf	1.00	5:38	5:38	5	1:07	13	1:08	5.10	28:11	5:31	6	9:05	19	9:05