



9. Cross Triathlon Friedrichroda
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Mäder, Thalea

□□□: 29:54

□□: AC Apolda

□□: 13

□□: 5.10 km

□□□□□/□□□: 28 (of 28)

Einsteiger (0.1 / 4.0 / 1.0)

□□□□□/□: 9 (of 9)

□□□□□□: 23:15

□□□□:

□□□□□: 4(of 4)

weibliche Einsteiger AK 8-10

□□□□□□□: 24:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.10	3:32	35:19	3	0:16	5	0:16	0.10	3:32	35:19	4	0:14	10	0:09	
Rad	4.00	19:51	4:57	4	4:25	9	5:49	4.10	23:23	5:42	4	4:39	10	5:02	
Lauf	1.00	6:31	6:30	3	0:34	5	0:49	5.10	29:54	5:51	4	5:13	9	6:39	