



9. Cross Triathlon Friedrichroda
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Geldner, Udo

□□□: 1:27:52

□□: TSV 1880 Gera Zwötzen

□□: 210

□□: 29.40 km

□□□□□/□□□: 6 (of 132)

Einzel Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

□□□□□/□: 6 (of 113)

□□□□□□: 1:21:31

□□□□:

□□□□□: 2(of 38)

Triathlon Männer AK40

□□□□□□□: 1:26:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.40	7:42	19:15	4	0:51	14	1:57	0.40	7:42	19:15	39		114	0:21
Rad	23.00	53:32	2:19	2	53:32	8	53:32	23.40	1:01:14	2:37	38		112	
Lauf	6.00	26:38	4:26	2	1:23	7	1:46	29.40	1:27:52	2:59	2	1:37	6	6:21