



9. Cross Triathlon Friedrichroda
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Graf, Winfried

□□□: 1:59:43

□□: Triathlon Friedrichroda

□□: 100

□□: 29.40 km

□□□□□/□□□: 97 (of 132)

Einzel Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

□□□□□/□: 90 (of 113)

□□□□□□: 1:21:31

□□□□:

□□□□□: 8(of 15)

Triathlon Männer AK50

□□□□□□□: 1:31:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.40	9:55	24:47	10	1:52	81	4:10	0.40	9:55	24:47	16	1:17	114	2:34
Rad	23.00	1:07:44	2:56	6	12:52	68	11:07:44	23.40	1:17:39	3:19	16	11:57	112	11:15
Lauf	6.00	42:04	7:00	15	13:19	103	17:12	29.40	1:59:43	4:04	8	27:44	90	38:12