



9. Cross Triathlon Friedrichroda  
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Keitel, Thomas

□□□: 1:48:48

□□: Fitnessoase Ohrdruf

□□: 151

□□: 29.40 km

□□□□□/□□□: 61 (of 132)

Einzel Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

□□□□□/□: 57 (of 113)

□□□□□□: 1:21:31

□□□□:

□□□□□: 20(of 35)

Triathlon Männer AK30

□□□□□□□: 1:23:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.40	7:27	18:37	3	0:32	10	1:42	0.40	7:27	18:37	36		114	0:06
Rad	23.00	1:03:35	2:45	17	11:03:35	49	11:03:35	23.40	1:11:02	3:02	35		112	4:38
Lauf	6.00	37:46	6:17	27	12:54	88	12:54	29.40	1:48:48	3:42	20	25:01	57	27:17