



9. Cross Triathlon Friedrichroda
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Hasenstein, Mario

□□□: 1:42:56

□□: Gotha

□□: 106

□□: 29.40 km

Einzel Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

□□□□□/□□□: 37 (of 132)

□□□□□/□: 35 (of 113)

□□□□□□: 1:21:31

□□□□:

Triathlon Männer AK40

□□□□□: 12(of 38)

□□□□□□□: 1:26:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.40	9:29	23:42	26	2:38	72	3:44	0.40	9:29	23:42	39		114	2:08
Rad	23.00	1:04:09	2:47	17	1:04:09	50	1:04:09	23.40	1:13:38	3:08	38		112	7:14
Lauf	6.00	29:18	4:53	9	4:03	18	4:26	29.40	1:42:56	3:30	12	16:41	35	21:25