



9. Cross Triathlon Friedrichroda
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Gehb, Ruben

□□□: 1:35:27

□□: Gotha

□□: 211

□□: 29.40 km

Einzel Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

□□□□□/□□□: 16 (of 132)

□□□□□/□: 16 (of 113)

□□□□□□: 1:21:31

□□□□:

Triathlon Männer AK20

□□□□□: 4(of 18)

□□□□□□□: 1:21:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.40	7:46	19:24	6	2:01	16	2:01	0.40	7:46	19:24	19	0:52	114	0:25	
Rad	23.00	59:07	2:34	6	8:55	24	10:59:07	23.40	1:06:53	2:51	19	0:11	112	0:29	
Lauf	6.00	28:34	4:45	3	3:24	10	3:42	29.40	1:35:27	3:14	4	13:56	16	13:56	