



9. Cross Triathlon Friedrichroda
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Lehmann, Holger

□□□: 1:58:52

□□: Erfurt

□□: 164

□□□□□/□□□: 93 (of 132)

□□□□□/□: 86 (of 113)

□□□□□□: 1:21:31

Enduro U13

□□□□:

□□□□□: 31(of 38)

Triathlon Männer AK40

□□□□□□□: 1:26:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.40	10:55	27:17	34	4:04	102	5:10	0.40	10:55	27:17	39	0:20	114	3:34
Rad	23.00	1:11:56	3:07	32	11:11:56	90	11:11:56	23.40	1:22:51	3:32	38	0:53	112	16:27
Lauf	6.00	36:01	6:00	26	10:46	72	11:09	-	1:58:52	-	31	32:37	86	37:21