



9. Cross Triathlon Friedrichroda  
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Marineclub Gotha

□□□: 1:33:49

□□: 434

□□: 18.55 km/h

□□□□: 3:11 min/km

□□: 29.40 km

Staffel-Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

□□□□□: 18 (of 64)

□□□□□□: 1:20:46

□□□□:

□□□□□: 9(of 31)

Staffel Cross

□□□□□□□: 1:20:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□
Schwimmen	0.40	6:05	15:12	1	-	1	-	0.40	6:05	15:12	32	-	65	
Rad	23.00	1:01:37	2:40	18	15:27	32	15:27	23.40	1:07:42	2:53	32	-	65	
Lauf	6.00	26:07	4:21	5	1:24	9	4:23	29.40	1:33:49	3:11	9	13:03	18	13:03