



9. Cross Triathlon Friedrichroda
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Stadtwerke-Gotha-Team

□□□: 1:43:38

□□: 407

□□: 16.79 km/h

□□□□: 3:31 min/km

□□: 29.40 km

Staffel-Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

□□□□□: 36 (of 64)

□□□□□□: 1:20:46

□□□□:

□□□□□: 11(of 20)

Staffel Cross - Firmenstaffel

□□□□□□□: 1:24:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□
Schwimmen	0.40	8:54	22:15	13	2:35	36	2:49	0.40	8:54	22:15	21		65	2:35
Rad	23.00	1:02:32	2:43	9	11:00	34	16:22	23.40	1:11:26	3:03	21	3:16	65	
Lauf	6.00	32:12	5:22	12	10:28	37	10:28	29.40	1:43:38	3:31	11	19:08	36	22:52