



9. Cross Triathlon Friedrichroda
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Die Sinnsucher

□□□: 1:35:08

□□: 462

□□: 18.29 km/h

□□□□: 3:14 min/km

□□: 29.40 km

Staffel-Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

□□□□□: 20 (of 64)

□□□□□□: 1:20:46

□□□□:

□□□□□: 11(of 31)

Staffel Cross

□□□□□□□: 1:20:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□
Schwimmen	0.40	8:39	21:37	14	2:34	28	2:34	0.40	8:39	21:37	32	0:33	65	2:20
Rad	23.00	58:11	2:31	10	12:01	19	12:01	23.40	1:06:50	2:51	32		65	
Lauf	6.00	28:18	4:43	11	3:35	17	6:34	29.40	1:35:08	3:14	11	14:22	20	14:22