



9. Cross Triathlon Friedrichroda  
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Delta Athletes aus Gotha

□□□: 1:50:46

□□: 438

□□: 15.71 km/h

□□□□: 3:46 min/km

□□: 29.40 km

Staffel-Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

□□□□□: 49 (of 64)

□□□□□□: 1:20:46

□□□□:

□□□□□: 16(of 20)

Staffel Cross - Firmenstaffel

□□□□□□□: 1:24:30

□□□□

□□□□

□□□

| □□□       | □□    | □□      | □□     | □□ | □□    | □□  | □□    | □□□   | □□□     | □□□    | □□ | □□    | □□  | □□    |
|-----------|-------|---------|--------|----|-------|-----|-------|-------|---------|--------|----|-------|-----|-------|
|           | km    | □□      | min/km | -  | -     | □□□ | □□□   | km    | □□      | min/km | -  | -     | □□□ | □□□   |
| Schwimmen | 0.40  | 8:55    | 22:17  | 14 | 2:36  | 37  | 2:50  | 0.40  | 8:55    | 22:17  | 21 |       | 65  | 2:36  |
| Rad       | 23.00 | 1:10:38 | 3:04   | 16 | 19:06 | 53  | 24:28 | 23.40 | 1:19:33 | 3:23   | 21 | 11:23 | 65  | 7:14  |
| Lauf      | 6.00  | 31:13   | 5:12   | 11 | 9:29  | 30  | 9:29  | 29.40 | 1:50:46 | 3:46   | 16 | 26:16 | 49  | 30:00 |