



9. Cross Triathlon Friedrichroda
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Tabbs Aktiv aus Tabarz

□□□: 1:24:30

□□: 424

□□: 20.59 km/h

□□□□: 2:52 min/km

□□: 29.40 km

Staffel-Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

□□□□□: 4 (of 64)

□□□□□□: 1:20:46

□□□□:

□□□□□: 1(of 20)

Staffel Cross - Firmenstaffel

□□□□□□□: 1:24:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen	0.40	8:43	21:47	12	2:24	30	2:38	0.40	8:43	21:47	21	-	65	2:24
Rad	23.00	51:47	2:15	2	0:15	7	5:37	23.40	1:00:30	2:35	21	-	65	-
Lauf	6.00	24:00	4:00	2	2:16	2	2:16	29.40	1:24:30	2:52	1	-	4	3:44