



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Montageteam Eberhardt

□□□: 1:39:15

□□: 69

□□: 17.53 km/h

□□□□: 3:23 min/km

□□: 29.40 km

Staffel-Cross Triathlon (0,4/23/6 km)

□□□□□: 18 (of 48)

□□□□□□: 1:19:11

□□□□:

Staffel Cross - Firmenstaffel

□□□□□: 7(of 15)

□□□□□□□: 1:24:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen	0.40	10:06	25:14	12	2:19	37	3:11	0.40	10:06	25:14	16		49	2:03
Rad	23.00	57:20	2:29	7	8:39	13	11:17	23.40	1:07:26	2:52	16		49	
Lauf	6.00	31:49	5:18	10	4:01	29	8:46	29.40	1:39:15	3:22	7	14:16	18	20:04