



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Stadtwerke-Gotha-Team

□□□: 1:45:44

□□: 56

□□: 16.46 km/h

□□□□: 3:36 min/km

□□: 29.40 km

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

□□□□□: 25 (of 48)

□□□□□□: 1:19:11

□□□□:

□□□□□: 10(of 15)

Staffel Cross - Firmenstaffel

□□□□□□□: 1:24:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□
Schwimmen	0.40	7:56	19:49	3	0:09	11	1:01	0.40	7:56	19:49	16		49	
Rad	23.00	1:03:03	2:44	11	14:22	27	17:00	23.40	1:10:59	3:02	16		49	
Lauf	6.00	34:45	5:47	13	6:57	36	11:42	29.40	1:45:44	3:35	10	20:45	25	26:33