



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Team Kettenreaktion

□□□: 1:54:59

□□: 82

□□: 15.13 km/h

□□□□: 3:55 min/km

□□: 29.40 km

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

□□□□□: 38 (of 48)

□□□□□□: 1:19:11

□□□□:

□□□□□: 14(of 20)

Staffel Cross

□□□□□□□: 1:19:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen	0.40	10:38	26:34	17	3:43	40	3:43	0.40	10:38	26:34	21	0:33	49	2:35
Rad	23.00	1:05:52	2:51	10	19:49	28	19:49	23.40	1:16:30	3:16	21	5:32	49	
Lauf	6.00	38:29	6:24	19	15:26	44	15:26	29.40	1:54:59	3:54	14	35:48	38	35:48