



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Überholverbot

□□□: 2:02:16

□□: 60

□□: 14.23 km/h

□□□□: 4:10 min/km

□□: 29.40 km

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

□□□□□: 43 (of 48)

□□□□□□: 1:19:11

□□□□:

□□□□□: 18(of 20)

Staffel Cross

□□□□□□□: 1:19:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□
Schwimmen	0.40	9:18	23:15	11	2:23	25	2:23	0.40	9:18	23:15	21		49	1:15
Rad	23.00	1:15:21	3:16	18	29:18	44	29:18	23.40	1:24:39	3:37	21	13:41	49	3:54
Lauf	6.00	37:37	6:16	18	14:34	43	14:34	29.40	2:02:16	4:09	18	43:05	43	43:05