



10. Cross Triathlon Friedrichroda  
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Rudel, Tillmann

□□□: 26:01

□□: Hemleben

□□: 36

□□: 5.10 km

□□□□□/□□□: 24 (of 41)

Einsteiger Triathlon (0.1/4/1 km)

□□□□□/□: 17 (of 23)

□□□□□□: 18:48

□□□□:

□□□□□: 9(of 10)

männliche Einsteiger AK 11-14

□□□□□□□: 18:48

□□□□

□□□□

□□□

| □□□       | □□   | □□    | □□     | □□ | □□   | □□ | □□   | □□□  | □□□   | □□□    | □□ | □□   | □□ | □□   |
|-----------|------|-------|--------|----|------|----|------|------|-------|--------|----|------|----|------|
|           | km   | □□    | min/km | -  | -    | □  | □    | km   | □□    | min/km | -  | -    | □  | □    |
| Schwimmen | 0.10 | 2:51  | 28:30  | 3  | 0:10 | 5  | 0:13 | 0.10 | 2:51  | 28:30  | 8  | 0:10 | 24 | 0:07 |
| Rad       | 4.00 | 16:22 | 4:05   | 9  | 4:27 | 19 | 7:12 | 4.10 | 19:13 | 4:41   | 8  | 4:37 | 23 | 1:16 |
| Lauf      | 1.00 | 6:48  | 6:47   | 9  | 2:36 | 19 | 2:36 | 5.10 | 26:01 | 5:06   | 9  | 7:13 | 17 | 7:13 |