



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Onißeit, Lothar

□□□: 1:47:25

□□: AC Apolda

□□: 215

□□: 29.40 km

□□□□□/□□□: 77 (of 172)

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

□□□□□/□: 71 (of 146)

□□□□□□: 1:25:53

□□□□:

□□□□□: 1(of 3)

AK 60 männlich

□□□□□□□: 1:47:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.40	8:40	21:39	1	-	50	2:44	0.40	8:40	21:39	1	-	147	0:53
Rad	23.00	1:03:47	2:46	1	-	58	11:05	23.40	1:12:27	3:05	1	-	144	7:19
Lauf	6.00	34:58	5:49	1	-	100	11:15	29.40	1:47:25	3:39	1	-	71	21:32