10. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Zenkner, Torsten

□□□: 1:41:18

□□: RAD-ART Gotha-Erdinger Alkoholfrei
□□: 234

□□: 29.40 km
Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

□□□□□/□□□: 46 (of 172)
□□□□□/□: 43 (of 146)
□□□□□□□: 1:25:53

□□□□:
AK 40 männlich

□□□□□: 11(of 45)
□□□□□□□□: 1:32:32

□□□□ □□□□ □□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.40	8:48	22:00	16	2:13	58	2:52	0.40	8:48	22:00	46	0:03	147	1:01
Rad	23.00	1:01:22	2:40	8	3:54	36	8:40	23.40	1:10:10	2:59	46		144	5:02
Lauf	6.00	31:08	5:11	14	4:28	53	7:25	29.40	1:41:18	3:26	11	8:46	43	15:25