



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Röthig, Thomas

□□□: 2:13:25

□□: Hammersbach, Hessen

□□: 148

□□: 29.40 km

□□□□□/□□□: 157 (of 172)

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

□□□□□/□: 138 (of 146)

□□□□□□: 1:25:53

□□□□:

□□□□□: 41(of 42)

AK 30 männlich

□□□□□□□: 1:25:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.40	12:18	30:45	42	5:20	144	6:22	0.40	12:18	30:45	43	3:04	147	4:31
Rad	23.00	1:21:54	3:33	41	27:53	141	29:12	23.40	1:34:12	4:01	42	17:34	144	29:04
Lauf	6.00	39:13	6:32	40	15:30	134	15:30	29.40	2:13:25	4:32	41	47:32	138	47:32