



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Wojczyk, Ludwig

□□□: 22:47

□□: Lauffreunde Gotha

□□: 19

□□: 5.10 km

□□□□□/□□□: 7 (of 41)

Einsteiger Triathlon (0.1/4/1 km)

□□□□□/□: 7 (of 23)

□□□□□□: 18:48

□□□□:

□□□□□: 2(of 10)

männliche Einsteiger AK 8-10

□□□□□□□: 22:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.10	3:42	37:00	2	0:58	11	1:04	0.10	3:42	37:00	4	-	12	0:58
Rad	4.00	14:15	3:33	2	5:05	7	5:05	4.10	17:57	4:22	10	-	1	-
Lauf	1.00	4:50	4:49	1	-	5	0:38	5.10	22:47	4:28	2	0:05	7	3:59