



10. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Hahn, Matthias

□□□: 1:28:52

□□: Erfurt

□□: 290

□□: 29.40 km

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

□□□□□/□□□: 6 (of 172)

□□□□□/□: 6 (of 146)

□□□□□□: 1:25:53

□□□□:

AK 20 männlich

□□□□□: 4(of 29)

□□□□□□□: 1:27:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.40	7:23	18:27	6	1:27	17	1:27	0.40	7:23	18:27	30		147	
Rad	23.00	54:00	2:20	4	1:18	4	1:18	23.40	1:01:23	2:37	28		144	
Lauf	6.00	27:29	4:34	7	2:09	16	3:46	29.40	1:28:52	3:01	4	0:56	6	2:59