



10. Cross Triathlon Friedrichroda  
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Zeh, Alexander

□□□: 1:54:05

□□: Wacker 03 Gotha

□□: 221

□□: 29.40 km

□□□□□/□□□: 113 (of 172)

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

□□□□□/□: 106 (of 146)

□□□□□□: 1:25:53

□□□□:

□□□□□: 32(of 45)

AK 40 männlich

□□□□□□□: 1:32:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.40	9:43	24:17	31	3:08	91	3:47	0.40	9:43	24:17	46	0:58	147	1:56
Rad	23.00	1:02:40	2:43	13	5:12	46	9:58	23.40	1:12:23	3:05	46		144	7:15
Lauf	6.00	41:42	6:57	43	15:02	136	17:59	29.40	1:54:05	3:52	32	21:33	106	28:12