



10. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Jendrischewski, Rene

□□□: 1:48:43

□□: Stedtfelder Rennsteigfreunde

□□: 244

□□: 29.40 km

□□□□□/□□□: 82 (of 172)

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

□□□□□/□: 76 (of 146)

□□□□□□: 1:25:53

□□□□:

□□□□□: 22(of 45)

AK 40 männlich

□□□□□□□: 1:32:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.40	9:31	23:47	29	2:56	86	3:35	0.40	9:31	23:47	46	0:46	31	1:44
Rad	23.00	1:06:50	2:54	24	9:22	80	14:08	23.40	1:16:21	3:15	46	2:44	144	11:13
Lauf	6.00	32:22	5:23	20	5:42	71	8:39	29.40	1:48:43	3:41	22	16:11	76	22:50