



10. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Keitel, Thomas

□□□: 1:48:02

□□: Fitnessoase-Ohrdruff

□□: 253

□□: 29.40 km

□□□□□/□□□: 80 (of 172)

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

□□□□□/□: 74 (of 146)

□□□□□□: 1:25:53

□□□□:

□□□□□: 23(of 42)

AK 30 männlich

□□□□□□□: 1:25:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.40	8:05	20:12	12	1:07	32	2:09	0.40	8:05	20:12	43		147	0:18
Rad	23.00	1:02:30	2:43	11	8:29	45	9:48	23.40	1:10:35	3:00	42		144	5:27
Lauf	6.00	37:27	6:14	37	13:44	123	13:44	29.40	1:48:02	3:40	23	22:09	74	22:09