



10. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Onißeit, Elisabeth

□□□: 2:03:37

□□: AC Apolda

□□: 216

□□: 29.40 km

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

□□□□□/□□□: 140 (of 172)

□□□□□/□: 12 (of 26)

□□□□□□: 1:33:44

□□□□:

AK 60 weiblich

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 2:03:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.40	8:34	21:24	1	-	6	3:08	0.40	8:34	21:24	1	-	27	
Rad	23.00	1:16:47	3:20	1	-	13	18:12	23.40	1:25:21	3:38	1	-	27	
Lauf	6.00	38:16	6:22	1	-	20	11:02	29.40	2:03:37	4:12	1	-	12	29:53