



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Pomorzev, Andrey

□□□: 1:49:29

□□: VfL Bad Arolsen

□□: 256

□□: 29.40 km

□□□□□/□□□: 89 (of 172)

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

□□□□□/□: 83 (of 146)

□□□□□□: 1:25:53

□□□□:

□□□□□: 26(of 42)

AK 30 männlich

□□□□□□□: 1:25:53

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|-----------|-------|---------|--------|----|-------|-----|-------|-------|---------|--------|----|-------|-----|-------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| Schwimmen | 0.40 | 7:02 | 17:34 | 2 | 0:04 | 9 | 1:06 | 0.40 | 7:02 | 17:34 | 43 | - | 147 | |
| Rad | 23.00 | 1:09:36 | 3:01 | 32 | 15:35 | 105 | 16:54 | 23.40 | 1:16:38 | 3:16 | 1 | - | 144 | 11:30 |
| Lauf | 6.00 | 32:51 | 5:28 | 22 | 9:08 | 77 | 9:08 | 29.40 | 1:49:29 | 3:43 | 26 | 23:36 | 83 | 23:36 |