



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