



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Rauch, Emma

□□□: 26:39

□□: Putzkau

□□: 114

□□: 5.10 km

□□□□□/□□□: 29 (of 41)

Einsteiger Triathlon (0.1/4/1 km)

□□□□□/□: 10 (of 18)

□□□□□□: 23:56

□□□□:

□□□□□: 5(of 9)

weibliche Einsteiger AK 11-14

□□□□□□□: 23:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.10	4:26	44:20	8	1:30	14	1:30	0.10	4:26	44:20	4			19	
Rad	4.00	15:47	3:56	5	9:12	5	9:12	4.10	20:13	4:55	4	1:00		19	
Lauf	1.00	6:26	6:26	5	0:53	12	1:06	5.10	26:39	5:13	5	2:43	10	2:43	