10. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Jelinek, Ralf

□□□: 1:49:07

□□: TV Dresden
□□: 293

□□: 29.40 km
Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

□□□□□/□□□: 86 (of 172)
□□□□□/□: 80 (of 146)
□□□□□□: 1:25:53

□□□□:
AK 40 männlich

□□□□□□□□: 25(of 45)
□□□□□□□□: 1:32:32

□□□□ □□□□ □□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.40	8:53	22:12	18	2:18	60	2:57	0.40	8:53	22:12	46	0:08	147	1:06
Rad	23.00	1:06:04	2:52	23	8:36	78	13:22	23.40	1:14:57	3:12	46	1:20	144	9:49
Lauf	6.00	34:10	5:41	28	7:30	91	10:27	29.40	1:49:07	3:42	25	16:35	80	23:14