



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Sonnenberg, Cora

□□□: 1:56:23

□□: Triathlon Jena

□□: 285

□□: 29.40 km

□□□□□/□□□: 122 (of 172)

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

□□□□□/□: 9 (of 26)

□□□□□□: 1:33:44

□□□□:

□□□□□: 3(of 10)

AK 40 weiblich

□□□□□□□: 1:42:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.40	8:56	22:19	3	1:10	10	3:30	0.40	8:56	22:19	11	0:27	27	
Rad	23.00	1:13:34	3:11	3	8:50	9	14:59	23.40	1:22:30	3:31	11	9:17	27	
Lauf	6.00	33:53	5:38	3	4:20	9	6:39	29.40	1:56:23	3:57	3	13:37	9	22:39