



# 10. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Köhler, Christoph

□□□: 1:54:48

□□: Günthersleben-Wechmar

□□: 296

□□: 29.40 km

□□□□□/□□□: 116 (of 172)

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

□□□□□/□: 109 (of 146)

□□□□□□: 1:25:53

□□□□:

□□□□□: 22(of 29)

AK 20 männlich

□□□□□□□: 1:27:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.40	11:18	28:15	26	5:22	132	5:22	0.40	11:18	28:15	30	2:59	147	3:31
Rad	23.00	1:11:37	3:06	23	18:55	116	18:55	23.40	1:22:55	3:32	28	20:54	144	17:47
Lauf	6.00	31:53	5:18	16	6:33	61	8:10	29.40	1:54:48	3:54	22	26:52	109	28:55