



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Arlt, Niklas

□□□: 25:20

□□: Seebergen

□□: 25

□□: 5.10 km

□□□□□/□□□: 16 (of 41)

Einsteiger Triathlon (0.1/4/1 km)

□□□□□/□: 13 (of 23)

□□□□□□: 18:48

□□□□:

□□□□□: 5(of 10)

männliche Einsteiger AK 8-10

□□□□□□□: 22:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.10	4:12	42:00	7	1:28	20	1:34	0.10	4:12	42:00	7		8	1:28
Rad	4.00	15:32	3:53	5	6:22	13	6:22	4.10	19:44	4:48	10	0:05	8	1:47
Lauf	1.00	5:36	5:35	5	0:46	11	1:24	5.10	25:20	4:58	5	2:38	13	6:32