



# 10. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Schreier, Ingolf

□□□: 1:57:26

□□: Fröttstadt

□□: 298

□□: 29.40 km

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

□□□□□/□□□: 124 (of 172)

□□□□□/□: 115 (of 146)

□□□□□□: 1:25:53

□□□□:

AK 50 männlich

□□□□□: 15(of 20)

□□□□□□□: 1:26:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.40	11:29	28:42	17	5:19	135	5:33	0.40	11:29	28:42	21		147	3:42
Rad	23.00	1:07:59	2:57	10	13:37	91	15:17	23.40	1:19:28	3:23	21		144	14:20
Lauf	6.00	37:58	6:19	16	12:49	125	14:15	29.40	1:57:26	3:59	15	31:07	115	31:33