



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Blümel, Susan

□□□: 2:26:49

□□: AC Apolda

□□: 236

□□: 29.40 km

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

□□□□□/□□□: 168 (of 172)

□□□□□/□: 25 (of 26)

□□□□□□: 1:33:44

□□□□:

AK 40 weiblich

□□□□□: 10(of 10)

□□□□□□□: 1:42:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.40	14:39	36:37	10	6:53	26	9:13	0.40	14:39	36:37	11	6:10	27	1:09
Rad	23.00	1:27:10	3:47	8	22:26	23	28:35	23.40	1:41:49	4:21	11	28:36	27	5:47
Lauf	6.00	45:00	7:30	10	15:27	26	17:46	29.40	2:26:49	4:59	10	44:03	25	53:05