



10. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Czerny, Holger

□□□: 2:18:19

□□: Gotha

□□: 265

□□: 29.40 km

□□□□□/□□□: 162 (of 172)

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

□□□□□/□: 141 (of 146)

□□□□□□: 1:25:53

□□□□:

□□□□□: 19(of 20)

AK 50 männlich

□□□□□□□: 1:26:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.40	10:33	26:22	13	4:23	116	4:37	0.40	10:33	26:22	21			147	2:46
Rad	23.00	1:19:07	3:26	19	24:45	137	26:25	23.40	1:29:40	3:49	21	1:17		144	24:32
Lauf	6.00	48:39	8:06	20	23:30	142	24:56	29.40	2:18:19	4:42	19	52:00		141	52:26