



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Brambring, Stefan

□□: Trianhas VfL Bad Arolsen

□□: 323

□□: 40.80 km

XTERRA Thüringen (0,8/30/10 km)

□□□□:

AK 2, TM 25

□□□□□/□□□□: DSQ (of 50)

□□□□□□/□: DSQ (of 43)

□□□□□□□: -

□□□□□□: DSQ(of 8)

□□□□□□□□: -

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.80	13:26	16:47	4	2:57	10	2:57	0.80	13:26	16:47	1	-	44	
Rad	30.00	1:11:56	2:23	1	-	1	-	30.80	1:25:22	2:46	1	-	42	
Lauf	10.00	46:19	4:37	2	4:26	7	6:17	40.80	-	-	-	-	-	-