



10. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Rauch, Enrico

□□□: 2:47:25

□□: TV Valtenberg e.V.

□□: 306

□□: 40.80 km

XTERRA Thüringen (0,8/30/10 km)

□□□□□/□□□: 25 (of 50)

□□□□□/□: 25 (of 43)

□□□□□□: 2:12:39

□□□□:

Senioren 1, TM 40

□□□□□: 4(of 6)

□□□□□□□: 2:38:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.80	13:47	17:13	2	0:23	13	3:18	0.80	13:47	17:13	1	-	44	
Rad	30.00	1:39:07	3:18	4	6:13	22	27:11	30.80	1:52:54	3:39	1	-	42	
Lauf	10.00	54:31	5:27	6	3:53	31	14:29	40.80	2:47:25	4:06	4	9:00	26	35:44