



10. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Kühmel, Matthias

□□□: 2:43:00

□□: Triathlon Friedrichroda

□□: 342

□□: 40.80 km

XTERRA Thüringen (0,8/30/10 km)

□□□□□/□□□: 17 (of 50)

□□□□□/□: 17 (of 43)

□□□□□□: 2:12:39

□□□□:

Senioren 1, TM 40

□□□□□: 2(of 6)

□□□□□□□: 2:38:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.80	16:50	21:02	4	3:26	32	6:21	0.80	16:50	21:02	7	3:03	44	0:31
Rad	30.00	1:32:54	3:05	1	-	12	20:58	30.80	1:49:44	3:33	7	-	42	-
Lauf	10.00	53:16	5:19	4	2:38	27	13:14	40.80	2:43:00	3:59	2	4:35	18	31:19