



10. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Schneider, Dirk

□□□: 3:11:08

□□: Sondershausen

□□: 309

□□: 40.80 km

XTERRA Thüringen (0,8/30/10 km)

□□□□□/□□□: 41 (of 50)

□□□□□/□: 38 (of 43)

□□□□□□: 2:12:39

□□□□:

Senioren 1, TM 40

□□□□□: 6(of 6)

□□□□□□□: 2:38:25

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|-----------|-------|---------|--------|----|-------|----|-------|-------|---------|--------|----|-------|----|-------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| Schwimmen | 0.80 | 19:53 | 24:51 | 6 | 6:29 | 40 | 9:24 | 0.80 | 19:53 | 24:51 | 7 | 6:06 | 44 | 3:34 |
| Rad | 30.00 | 1:58:01 | 3:56 | 6 | 25:07 | 40 | 46:05 | 30.80 | 2:17:54 | 4:28 | 7 | 25:00 | 42 | 19:58 |
| Lauf | 10.00 | 53:14 | 5:19 | 3 | 2:36 | 26 | 13:12 | 40.80 | 3:11:08 | 4:41 | 6 | 32:43 | 39 | 59:27 |