



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Rauch, Jana

□□□: 3:27:35

□□: TV Valtenberg e.V.

□□: 305

□□: 40.80 km

□□□□□/□□□: 44 (of 50)

XTERRA Thüringen (0,8/30/10 km)

□□□□□/□: 5 (of 7)

□□□□□□: 2:49:46

□□□□:

□□□□□: 1(of 1)

Seniorinnen 1, TW 40

□□□□□□□: 3:27:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.80	18:34	23:12	1	-	6	6:12	0.80	18:34	23:12	1	-	8	6:12
Rad	30.00	2:04:26	4:08	1	-	5	19:16	30.80	2:23:00	4:38	1	-	8	24:48
Lauf	10.00	1:04:35	6:27	1	-	7	35:57	40.80	3:27:35	5:05	1	-	6	37:49