



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Kühmel, Aileen

□□□: 28:32

□□: Triathlon Friedrichroda

□□: 23

□□: 5.10 km

□□□□□/□□□: 35 (of 41)

Einsteiger Triathlon (0.1/4/1 km)

□□□□□/□: 14 (of 18)

□□□□□□: 23:56

□□□□:

□□□□□: 7(of 9)

weibliche Einsteiger AK 11-14

□□□□□□□: 23:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.10	3:39	36:30	6	0:43	10	0:43	0.10	3:39	36:30	10			4	
Rad	4.00	17:20	4:19	7	10:45	13	10:45	4.10	20:59	5:07	10	1:46		4	
Lauf	1.00	7:33	7:32	9	2:00	17	2:13	5.10	28:32	5:35	7	4:36		14	4:36