



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Zaspel, Max

□□□: 27:26

□□: Floh-Seligenthal

□□: 40

□□: 5.10 km

□□□□□/□□□: 32 (of 41)

Einsteiger Triathlon (0.1/4/1 km)

□□□□□/□: 20 (of 23)

□□□□□□: 18:48

□□□□:

□□□□□: 3(of 3)

männliche Einsteiger ab AK 20

□□□□□□□: 21:44

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|-----------|------|-------|--------|----|------|----|------|------|-------|--------|----|------|----|------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| Schwimmen | 0.10 | 3:28 | 34:39 | 3 | 0:50 | 10 | 0:50 | 0.10 | 3:28 | 34:39 | 4 | 0:03 | 24 | 0:44 |
| Rad | 4.00 | 16:59 | 4:14 | 3 | 3:17 | 21 | 7:49 | 4.10 | 20:27 | 4:59 | 4 | 1:01 | 23 | 2:30 |
| Lauf | 1.00 | 6:59 | 6:59 | 2 | 1:35 | 21 | 2:47 | 5.10 | 27:26 | 5:22 | 3 | 5:42 | 20 | 8:38 |