



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Volk, Tino

□□□: 1:32:56

□□: Tabarz

□□: 181

□□: 29.40 km

□□□□□/□□□: 15 (of 172)

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

□□□□□/□: 15 (of 146)

□□□□□□: 1:25:53

□□□□:

□□□□□: 2(of 45)

AK 40 männlich

□□□□□□□: 1:32:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.40	7:18	18:15	2	0:43	11	1:22	0.40	7:18	18:15	46		147	
Rad	23.00	58:35	2:32	2	1:07	22	5:53	23.40	1:05:53	2:48	46		144	0:45
Lauf	6.00	27:03	4:30	3	0:23	14	3:20	29.40	1:32:56	3:09	2	0:24	15	7:03