



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Seeber, Stefan

□□□: 1:46:57

□□: Erfurt

□□: 145

□□: 29.40 km

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

□□□□□/□□□: 71 (of 172)

□□□□□/□: 65 (of 146)

□□□□□□: 1:25:53

□□□□:

AK 30 männlich

□□□□□: 19(of 42)

□□□□□□□: 1:25:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.40	7:49	19:32	9	0:51	24	1:53	0.40	7:49	19:32	43		147	0:02
Rad	23.00	1:03:54	2:46	21	9:53	62	11:12	23.40	1:11:43	3:03	42		144	6:35
Lauf	6.00	35:14	5:52	30	11:31	103	11:31	29.40	1:46:57	3:38	19	21:04	65	21:04