



10. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Simon, Jonas

□□□: 25:23

□□: Königslutter

□□: 10

□□: 5.10 km

□□□□□/□□□: 18 (of 41)

Einsteiger Triathlon (0.1/4/1 km)

□□□□□/□: 15 (of 23)

□□□□□□: 18:48

□□□□:

□□□□□: 7(of 10)

männliche Einsteiger AK 8-10

□□□□□□□: 22:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.10	3:43	37:09	3	0:59	12	1:05	0.10	3:43	37:09	6			9	0:59
Rad	4.00	15:56	3:59	8	6:46	16	6:46	4.10	19:39	4:47	1	-		23	1:42
Lauf	1.00	5:44	5:44	7	0:54	14	1:32	5.10	25:23	4:58	7	2:41		15	6:35