



10. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

0000

Herbst, Thomas

000: 1:51:34

00: Rhöner WSV Dermbach

00: 159

00: 29.40 km

00000/000: 102 (of 172)

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

00000/0: 95 (of 146)

000000: 1:25:53

0000:

00000: 29(of 45)

AK 40 männlich

0000000: 1:32:32

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Schwimmen	0.40	8:45	21:52	13	2:10	55	2:49	0.40	8:45	21:52	1	-	147	0:58
Rad	23.00	1:10:28	3:03	31	13:00	107	17:46	23.40	1:19:13	3:23	46	5:36	144	14:05
Lauf	6.00	32:21	5:23	18	5:41	69	8:38	29.40	1:51:34	3:47	29	19:02	95	25:41