



# 10. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Roth, Stefan

□□□: 1:33:58

□□: Maintal

□□: 208

□□: 29.40 km

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

□□□□□/□□□: 19 (of 172)

□□□□□/□: 18 (of 146)

□□□□□□: 1:25:53

□□□□:

AK 20 männlich

□□□□□: 8(of 29)

□□□□□□□: 1:27:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.40	5:56	14:50	1	-	1	-	0.40	5:56	14:50	30	-	-	147
Rad	23.00	58:30	2:32	9	5:48	21	5:48	23.40	1:04:26	2:45	28	2:25	144	
Lauf	6.00	29:32	4:55	9	4:12	34	5:49	29.40	1:33:58	3:11	8	6:02	18	8:05