



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Kurz, Steffan

□□□: 1:50:53

□□: SV 05 Friedrichroda

□□: 168

□□: 29.40 km

□□□□□/□□□: 100 (of 172)

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

□□□□□/□: 93 (of 146)

□□□□□□: 1:25:53

□□□□:

□□□□□: 28(of 45)

AK 40 männlich

□□□□□□□: 1:32:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.40	9:29	23:42	28	2:54	85	3:33	0.40	9:29	23:42	46	0:44	147	1:42
Rad	23.00	1:06:51	2:54	25	9:23	81	14:09	23.40	1:16:20	3:15	46	2:43	144	11:12
Lauf	6.00	34:33	5:45	30	7:53	95	10:50	29.40	1:50:53	3:46	28	18:21	93	25:00