



10. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

□□□□

Balsam, Martin

□□□: 1:50:18

□□: SV Emsetal

□□: 187

□□: 29.40 km

□□□□□/□□□: 95 (of 172)

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

□□□□□/□: 89 (of 146)

□□□□□□: 1:25:53

□□□□:

□□□□□: 28(of 42)

AK 30 männlich

□□□□□□□: 1:25:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.40	10:22	25:55	36	3:24	110	4:26	0.40	10:22	25:55	43	1:08	147	2:35
Rad	23.00	1:05:55	2:51	25	11:54	77	13:13	23.40	1:16:17	3:15	42		144	11:09
Lauf	6.00	34:01	5:40	27	10:18	89	10:18	29.40	1:50:18	3:45	28	24:25	89	24:25