



11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

Simon, Andre

□□□: 1:34:37

□□: Leinatal/ OT Schönau

□□: 213

□□: 21.30 km

□□□□□/□□□: 89 (of 122)

Einzel Cross Triathlon (0.3/16,0/5,0 km)

□□□□□/□: 83 (of 105)

□□□□□□: 1:03:47

□□□□:

□□□□□: 27(of 37)

Senioren 1, TM 40

□□□□□□□: 1:09:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	6:13	20:43	8	1:24	27	1:32	0.30	6:13	20:43	38		106	1:17
Schwimmen □□□	0.30	6:13												
Rad	16.00	58:22	3:38	27	17:47	80	19:49	16.30	1:04:35	3:57	38	3:38	104	20:21
Rad □□□	16.00	58:22												
Lauf	5.00	30:02	6:00	33	9:32	91	11:17	21.30	1:34:37	4:26	27	24:45	83	30:50
Lauf □□□	21.00	1:34:37												