



11. Cross Triathlon Friedrichroda  
 Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

Elsner, Anne Marie

□□□: 1:59:26

□□: VfL Wolfsburg

□□: 157

□□: 21.30 km

□□□□□/□□□: 118 (of 122)

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

□□□□□/□: 15 (of 16)

□□□□□□: 1:22:57

□□□□:

□□□□□: 4(of 4)

Seniorinnen 2, TW 50

□□□□□□□: 1:36:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	9:36	32:00	4	2:38	16	3:38	0.30	9:36	32:00	5	1:57	17	2:16
Schwimmen □□□	0.30	9:36												
Rad	16.00	1:13:57	4:37	4	13:12	14	22:21	16.30	1:23:33	5:07	5	3:41	17	15:07
Rad □□□	16.00	1:13:57												
Lauf	5.00	35:53	7:10	4	11:21	15	12:26	21.30	1:59:26	5:36	4	22:58	15	36:29
Lauf □□□	21.00	1:59:26												