



11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

Meißner, Jonny

□□□: 1:19:45

□□: SV Werra 07/TSV Roßfeld

□□: 106

□□: 21.30 km

□□□□□/□□□: 36 (of 122)

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

□□□□□/□: 36 (of 105)

□□□□□□: 1:03:47

□□□□:

□□□□□: 12(of 27)

AK 2, TM 30

□□□□□□□: 1:03:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	5:38	18:46	8	0:57	16	0:57	0.30	5:38	18:46	28		106	0:42
Schwimmen □□□	0.30	5:38												
Rad	16.00	48:35	3:02	12	8:47	34	10:02	16.30	54:13	3:19	27		104	9:59
Rad □□□	16.00	48:35												
Lauf	5.00	25:32	5:06	14	6:47	50	6:47	21.30	1:19:45	3:44	12	15:58	36	15:58
Lauf □□□	21.00	1:19:45												