



11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

Jäger, Thomas

□□□: 1:12:08

□□: Tri-Team Heuchelberg

□□: 153

□□: 21.30 km

□□□□□/□□□: 14 (of 122)

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

□□□□□/□: 14 (of 105)

□□□□□□: 1:03:47

□□□□:

□□□□□: 3(of 37)

Senioren 1, TM 40

□□□□□□□: 1:09:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	4:49	16:03	1	-	2	0:08	0.30	4:49	16:03	38	-	106	
Schwimmen □□□	0.30	4:49												
Rad	16.00	44:17	2:46	3	3:42	15	5:44	16.30	49:06	3:00	33	-	104	4:52
Rad □□□	16.00	44:17												
Lauf	5.00	23:02	4:36	10	2:32	29	4:17	21.30	1:12:08	3:23	3	2:16	14	8:21
Lauf □□□	21.00	1:12:08												