



# 11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

Seeber, Stefan

□□□: 3:03:26

□□: Erfurt

□□: 345

□□: 38.60 km

XTERRA Thüringen (0,6/28,0/10,0 km)

□□□□□/□□□: 52 (of 82)

□□□□□/□: 49 (of 78)

□□□□□□: 2:05:51

□□□□:

AK 4, TM 35

□□□□□: 12(of 13)

□□□□□□□: 2:15:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.60	12:22	20:36	8	3:49	38	7:39	0.60	12:22	20:36	14	2:43	78	2:23
Schwimmen □□□	0.60	12:22												
Rad	28.00	1:52:27	4:00	12	28:30	45	1:01:36	28.60	2:04:49	4:21	14	30:34	77	4:18
Rad □□□	28.00	1:52:27												
Lauf	10.00	58:37	5:51	12	18:16	61	45:54	38.60	3:03:26	4:45	12	48:09	50	1:40:11
Lauf □□□	38.00	3:03:26												