



11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

Hammer, Thomas

□□□: 2:59:14

□□: Erfurt

□□: 373

□□: 38.60 km

XTERRA Thüringen (0,6/28,0/10,0 km)

□□□□□/□□□: 46 (of 82)

□□□□□/□: 43 (of 78)

□□□□□□: 2:05:51

□□□□:

Senioren 1, TM 40

□□□□□: 11(of 21)

□□□□□□□: 2:06:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.60	13:17	22:08	14	6:24	55	8:34	0.60	13:17	22:08	22	0:54	78	3:18
Schwimmen □□□	0.60	13:17												
Rad	28.00	1:47:58	3:51	10	28:46	36	57:07	28.60	2:01:15	4:14	21		77	0:44
Rad □□□	28.00	1:47:58												
Lauf	10.00	57:59	5:47	16	19:44	60	45:16	38.60	2:59:14	4:38	11	52:22	44	1:35:59
Lauf □□□	38.00	2:59:14												