



11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

Brachmann, Mirko

□□□: 3:28:34

□□: Sonneborner Carneval

□□: 383

□□: 38.60 km

XTERRA Thüringen (0,6/28,0/10,0 km)

□□□□□/□□□: 71 (of 82)

□□□□□/□: 68 (of 78)

□□□□□□: 2:05:51

□□□□:

AK 2, TM 25

□□□□□: 6(of 6)

□□□□□□□: 2:26:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.60	15:58	26:36	5	6:31	70	11:15	0.60	15:58	26:36	7	4:09	78	5:59
Schwimmen □□□	0.60	15:58												
Rad	28.00	2:12:09	4:43	6	41:55	67	1:21:18	28.60	2:28:07	5:10	7	46:04	77	27:36
Rad □□□	28.00	2:12:09												
Lauf	10.00	1:00:27	6:02	6	16:06	67	47:44	38.60	3:28:34	5:24	6	1:02:10	69	2:05:19
Lauf □□□	38.00	3:28:34												