



11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

Wacha, Volker

□□□: 3:31:21

□□: Gü We Läufer

□□: 376

□□: 38.60 km

XTERRA Thüringen (0,6/28,0/10,0 km)

□□□□□/□□□: 75 (of 82)

□□□□□/□: 72 (of 78)

□□□□□□: 2:05:51

□□□□:

Senioren 3, TM 50

□□□□□: 5(of 7)

□□□□□□□: 2:43:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.60	17:16	28:46	6	7:34	75	12:33	0.60	17:16	28:46	8	7:34	78	7:17
Schwimmen □□□	0.60	17:16												
Rad	28.00	2:13:29	4:46	6	1:22:38	69	1:22:38	28.60	2:30:45	5:16	8	1:30:12	77	30:14
Rad □□□	28.00	2:13:29												
Lauf	10.00	1:00:36	6:03	4	47:53	68	47:53	38.60	3:31:21	5:28	6	2:08:06	73	2:08:06
Lauf □□□	38.00	3:31:21												