



# 11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

**Franke, René**

□□□: 1:24:03

□□: Berufsfeuerwehr Dresden

□□: 113

□□: 21.30 km

□□□□□/□□□: 50 (of 122)

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

□□□□□/□: 49 (of 105)

□□□□□□: 1:03:47

□□□□:

□□□□□: 17(of 27)

AK 2, TM 30

□□□□□□□: 1:03:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	5:19	17:43	5	0:38	9	0:38	0.30	5:19	17:43	28		106	0:23
Schwimmen □□□	0.30	5:19												
Rad	16.00	53:50	3:21	18	14:02	62	15:17	16.30	59:09	3:37	27	4:26	104	14:55
Rad □□□	16.00	53:50												
Lauf	5.00	24:54	4:58	10	6:09	41	6:09	21.30	1:24:03	3:56	17	20:16	49	20:16
Lauf □□□	21.00	1:24:03												