



11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

Krannich, Steffen

□□□: 1:25:05

□□: Altenfeld

□□: 116

□□: 21.30 km

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

□□□□□/□□□: 53 (of 122)

□□□□□/□: 52 (of 105)

□□□□□□: 1:03:47

□□□□:

Senioren 1, TM 40

□□□□□: 17(of 37)

□□□□□□□: 1:09:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	8:34	28:33	32	3:45	94	3:53	0.30	8:34	28:33	13	1:06	106	3:38
Schwimmen □□□	0.30	8:34												
Rad	16.00	51:11	3:11	15	10:36	47	12:38	16.30	59:45	3:39	38		104	15:31
Rad □□□	16.00	51:11												
Lauf	5.00	25:20	5:03	16	4:50	48	6:35	21.30	1:25:05	3:59	17	15:13	52	21:18
Lauf □□□	21.00	1:25:05												