



11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

Stukowski, Manfred

□□□: 1:27:13

□□: Sportgruppe Mühlhausen

□□: 114

□□: 21.30 km

□□□□□/□□□: 62 (of 122)

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

□□□□□/□: 59 (of 105)

□□□□□□: 1:03:47

□□□□:

□□□□□: 8(of 14)

Senioren 2, TM 50

□□□□□□□: 1:04:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	7:44	25:46	9	2:11	73	3:03	0.30	7:44	25:46	15	1:18	106	2:48
Schwimmen □□□	0.30	7:44												
Rad	16.00	53:47	3:21	7	14:26	61	15:14	16.30	1:01:31	3:46	15	12:19	104	17:17
Rad □□□	16.00	53:47												
Lauf	5.00	25:42	5:08	7	5:44	53	6:57	21.30	1:27:13	4:05	8	22:21	59	23:26
Lauf □□□	21.00	1:27:13												