



11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

Kurz, Steffan

□□□: 1:27:46

□□: SV 05 Friedrichroda

□□: 120

□□: 21.30 km

□□□□□/□□□: 66 (of 122)

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

□□□□□/□: 62 (of 105)

□□□□□□: 1:03:47

□□□□:

□□□□□: 22(of 37)

Senioren 1, TM 40

□□□□□□□: 1:09:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	7:25	24:43	23	2:36	65	2:44	0.30	7:25	24:43	38		106	2:29
Schwimmen □□□	0.30	7:25												
Rad	16.00	53:19	3:19	21	12:44	58	14:46	16.30	1:00:44	3:43	38		104	16:30
Rad □□□	16.00	53:19												
Lauf	5.00	27:02	5:24	25	6:32	71	8:17	21.30	1:27:46	4:07	22	17:54	62	23:59
Lauf □□□	21.00	1:27:46												