



11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

Koch, Dominik

□□□: 1:03:47

□□: TV Barchfeld

□□: 225

□□: 21.30 km

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

□□□□□/□□□: 1 (of 122)

□□□□□/□: 1 (of 105)

□□□□□□: 1:03:47

□□□□:

AK 2, TM 30

□□□□□: 1(of 27)

□□□□□□□: 1:03:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.30	5:14	17:26	4	0:33	8	0:33	0.30	5:14	17:26	28		49	0:18
Schwimmen □□□	0.30	5:14												
Rad	16.00	39:48	2:29	1	-	3	1:15	16.30	45:02	2:45	27		104	0:48
Rad □□□	16.00	39:48												
Lauf	5.00	18:45	3:45	1	-	1	-	21.30	1:03:47	2:59	1	-	1	-
Lauf □□□	21.00	1:03:47												