



11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

Moors, Steffen

□□□: 1:07:19

□□: Kallmerode

□□: 228

□□: 21.30 km

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

□□□□□/□□□: 5 (of 122)

□□□□□/□: 5 (of 105)

□□□□□□: 1:03:47

□□□□:

AK 2, TM 30

□□□□□: 2(of 27)

□□□□□□□: 1:03:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	4:41	15:36	1	-	1	-	0.30	4:41	15:36	28	-	106	
Schwimmen □□□	0.30	4:41												
Rad	16.00	41:02	2:33	3	1:14	7	2:29	16.30	45:43	2:48	27	-	104	1:29
Rad □□□	16.00	41:02												
Lauf	5.00	21:36	4:19	2	2:51	8	2:51	21.30	1:07:19	3:09	2	3:32	5	3:32
Lauf □□□	21.00	1:07:19												