



11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

Karlowsky, Stefan

□□□: 1:47:17

□□: Jena

□□: 124

□□: 21.30 km

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

□□□□□/□□□: 114 (of 122)

□□□□□/□: 100 (of 105)

□□□□□□: 1:03:47

□□□□:

AK 1, TM 20

□□□□□: 14(of 15)

□□□□□□□: 1:06:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	9:32	31:46	14	4:36	101	4:51	0.30	9:32	31:46	16	4:36	106	4:36
Schwimmen □□□	0.30	9:32												
Rad	16.00	1:05:47	4:06	14	27:14	99	27:14	16.30	1:15:19	4:37	15	31:05	104	31:05
Rad □□□	16.00	1:05:47												
Lauf	5.00	31:58	6:23	14	10:06	97	13:13	21.30	1:47:17	5:02	14	41:11	100	43:30
Lauf □□□	21.00	1:47:17												