



# 11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

Kleinke, Nadine

□□□: 1:25:08

□□: Fitnessoase-Ohrdruf

□□: 216

□□: 21.30 km

□□□□□/□□□: 54 (of 122)

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

□□□□□/□: 2 (of 16)

□□□□□□: 1:22:57

□□□□:

□□□□□: 1(of 3)

AK 2, TW 30

□□□□□□□: 1:25:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	6:54	23:00	1	-	3	0:56	0.30	6:54	23:00	4	-	17	
Schwimmen □□□	0.30	6:54												
Rad	16.00	53:48	3:21	2	0:16	3	2:12	16.30	1:00:42	3:43	4	-	17	
Rad □□□	16.00	53:48												
Lauf	5.00	24:26	4:53	1	-	4	0:59	21.30	1:25:08	3:59	1	-	2	2:11
Lauf □□□	21.00	1:25:08												