



11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

Hollander, Sven

□□□: 1:09:52

□□: ZSG Waltershausen

□□: 132

□□: 21.30 km

□□□□□/□□□: 8 (of 122)

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

□□□□□/□: 8 (of 105)

□□□□□□: 1:03:47

□□□□:

□□□□□: 1(of 37)

Senioren 1, TM 40

□□□□□□□: 1:09:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	6:03	20:10	7	1:14	25	1:22	0.30	6:03	20:10	38		106	1:07
Schwimmen □□□	0.30	6:03												
Rad	16.00	43:19	2:42	2	2:44	13	4:46	16.30	49:22	3:01	38		104	5:08
Rad □□□	16.00	43:19												
Lauf	5.00	20:30	4:05	1	-	4	1:45	21.30	1:09:52	3:16	1	-	8	6:05
Lauf □□□	21.00	1:09:52												