



# 11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

DMZ & Freunde

□□□: 2:39:47

□□: 528

□□: 38.60 km

Staffel Cross Triathlon (0.6/28,0/10,0 km)

□□□□□: 11 (of 46)

□□□□□□: 2:10:59

□□□□:

□□□□□: 11(of 46)

Cross Triathlon Staffel

□□□□□□□: 2:10:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□
Schwimmen	0.60	15:02	25:03	30	4:40	30	4:40	0.60	15:02	25:03	47	2:21	47	2:21
Schwimmen □□□	0.60	15:02												
Rad	28.00	1:43:16	3:41	17	43:10	17	43:10	28.60	1:58:18	4:08	46		46	
Rad □□□	28.00	1:43:16												
Lauf	10.00	41:29	4:08	6	6:38	6	6:38	38.60	2:39:47	4:08	12	46:50	12	46:50
Lauf □□□	38.00	2:39:47												