



# 11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

Die Realisten

□□□: 3:13:59

□□: 525

□□: 38.60 km

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

□□□□□: 35 (of 46)

□□□□□□: 2:10:59

□□□□:

□□□□□: 35(of 46)

Cross Triathlon Staffel

□□□□□□□: 2:10:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□
Schwimmen	0.60	16:07	26:51	37	5:45	37	5:45	0.60	16:07	26:51	47	3:26	47	3:26
Schwimmen □□□	0.60	16:07												
Rad	28.00	2:03:51	4:25	32	1:03:45	32	1:03:45	28.60	2:19:58	4:53	46	5:07	46	5:07
Rad □□□	28.00	2:03:51												
Lauf	10.00	54:01	5:24	35	19:10	35	19:10	38.60	3:13:59	5:01	37	1:21:02	37	1:21:02
Lauf □□□	38.00	3:13:59												