



# 11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

KLZ

□□□: 3:11:27

□□: 540

□□: 38.60 km

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

□□□□□: 31 (of 46)

□□□□□□: 2:10:59

□□□□:

□□□□□: 31(of 46)

Cross Triathlon Staffel

□□□□□□□: 2:10:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□
Schwimmen	0.60	14:58	24:56	29	4:36	29	4:36	0.60	14:58	24:56	47	2:17	47	2:17
Schwimmen □□□	0.60	14:58												
Rad	28.00	2:08:07	4:34	37	1:08:01	37	1:08:01	28.60	2:23:05	5:00	46	8:14	46	8:14
Rad □□□	28.00	2:08:07												
Lauf	10.00	48:22	4:50	23	13:31	23	13:31	38.60	3:11:27	4:57	33	1:18:30	33	1:18:30
Lauf □□□	38.00	3:11:27												