



# 12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

## Exploitation détaillée

Nothnagel, Uwe

Temps total: 1:21:45

Association: Fitnessoase Ohrdruf

Dossard: 211

Circuit: 20.30 km

Place par parcours/Total: 52 (de 133)

Cross Triathlon (0.3/15,0/5,0 km)

Place par parcours/Hommes: 52 (de 109)

Meilleur temps dans le parcours: 1:05:18

Catégorie:

Place par catégorie: 13(de 34)

AK 40 männlich

Meilleur temps dans la catégorie: 1:05:18

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	
Schwimmen	0.30	6:31	21:43	15	1:36	45	2:20	0.30	6:31	21:43	35	0:28	110																
Rad	15.00	50:44	3:22	14	9:18	53	12:05	15.30	57:15	3:44	35		109	8:37															
Lauf	5.00	24:30	4:54	13	6:02	50	6:02	20.30	1:21:45	4:01	13	16:27	52	16:27															