



## 12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

### Exploitation détaillée

Sachs, Frank

Temps total: 1:42:33

Association: Dream Team Ilmenau

Dossard: 183

Circuit: 20.30 km

Place par parcours/Total: 120 (de 133)

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

Place par parcours/Hommes: 101 (de 109)

Meilleur temps dans le parcours: 1:05:18

Catégorie:

Place par catégorie: 33(de 34)

AK 40 männlich

Meilleur temps dans la catégorie: 1:05:18

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape km	Etape Temps min/km	Place		Retard		Total		Place		Retard	
	Place	Retard			Place	Retard	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes	
Schwimmen	13	1:33	0.30	6:28	21:33	43	2:17	0.30	6:28	21:33	35	0:25	110	
Rad	34	28:58	15.00	1:10:24	4:41	108	31:45	15.30	1:16:52	5:01	35	14:52	109	28:14
Lauf	24	7:13	5.00	25:41	5:08	69	7:13	20.30	1:42:33	5:03	33	37:15	101	37:15