



# 12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

## Exploitation détaillée

**Seidel, Gunnar**

**Temps total: 1:34:37**

Association: Skiklub Oker

Dossard: 239

Circuit: 20.30 km

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

Place par parcours/Total: 99 (de 133)

Place par parcours/Hommes: 89 (de 109)

Meilleur temps dans le parcours: 1:05:18

Catégorie:

AK 50 männlich

Place par catégorie: 12(de 15)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:15:23

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Schwimmen	0.30	6:25	21:23	6	0:56	41	2:14	0.30	6:25	21:23	16			110
Rad	15.00	58:52	3:55	12	11:44	89	20:13	15.30	1:05:17	4:16	16	3:59	109	16:39
Lauf	5.00	29:20	5:51	12	8:37	96	10:52	20.30	1:34:37	4:39	12	19:14	89	29:19