



# 12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

## Exploitation détaillée

**Rudolph, Maik**

Temps total: 1:21:37

Association: LSG 80 Schmückeläufer

Dossard: 149

Circuit: 20.30 km

Place par parcours/Total: 50 (de 133)

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

Place par parcours/Hommes: 50 (de 109)

Meilleur temps dans le parcours: 1:05:18

Catégorie:

Place par catégorie: 20(de 30)

AK 30 männlich

Meilleur temps dans la catégorie: 1:05:21

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape Place catg.	Retard catg.	Etape		Place catg.	Retard catg.	Total		Place catg.	Retard catg.	Place catg.	Retard catg.	
	km	Temps			min/km	Hommes			km	Temps					min/km
Schwimmen	0.30	6:48	22:40	16	2:22	56	2:37		0.30	6:48	22:40	1	-	110	
Rad	15.00	49:59	3:19	19	11:20	51	11:20		15.30	56:47	3:42	30	8:16	109	8:09
Lauf	5.00	24:50	4:58	20	5:17	56	6:22		20.30	1:21:37	4:01	20	16:16	50	16:19