



# 12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Krüger, Thomas

□□□: 1:12:29

□□: KS Sportsworld

□□: 225

□□: 20.30 km

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

□□□□□/□□□: 15 (of 133)

□□□□□/□: 15 (of 109)

□□□□□□: 1:05:18

□□□□:

AK 30 männlich

□□□□□: 7(of 30)

□□□□□□□: 1:05:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.30	4:42	15:40	2	0:16	4	0:31	0.30	4:42	15:40	31		110	
Rad	15.00	46:57	3:07	12	8:18	27	8:18	15.30	51:39	3:22	30	3:08	109	3:01
Lauf	5.00	20:50	4:09	5	1:17	13	2:22	20.30	1:12:29	3:34	7	7:08	15	7:11