



12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Beuse, Michael

□□□: 1:14:45

□□: SV Motor Tambach Dietharz

□□: 232

□□: 20.30 km

□□□□□/□□□: 23 (of 133)

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

□□□□□/□: 23 (of 109)

□□□□□□: 1:05:18

□□□□:

□□□□□: 10(of 30)

AK 30 männlich

□□□□□□□: 1:05:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.30	6:05	20:16	10	1:39	34	1:54	0.30	6:05	20:16	31			110	
Rad	15.00	45:03	3:00	9	6:24	18	6:24	15.30	51:08	3:20	30	2:37	109	2:30	
Lauf	5.00	23:37	4:43	16	4:04	41	5:09	20.30	1:14:45	3:40	10	9:24	23	9:27	