



12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Lutschan, Sabine

□□□: 1:42:45

□□: Uhlstädt

□□: 112

□□: 20.30 km

□□□□□/□□□: 121 (of 133)

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

□□□□□/□: 20 (of 24)

□□□□□□: 1:22:41

□□□□:

□□□□□: 7(of 8)

AK 30 weiblich

□□□□□□□: 1:29:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.30	7:34	25:13	6	0:35	14	2:28	0.30	7:34	25:13	9		25	0:35
Rad	15.00	59:49	3:59	4	2:57	12	6:23	15.30	1:07:23	4:24	9	0:59	25	0:10
Lauf	5.00	35:22	7:04	8	10:09	24	12:31	20.30	1:42:45	5:03	7	13:34	20	20:04