



# 12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

0000

Nowak, Jens

000: 1:24:10

00: Elxleben

00: 205

00000/000: 63 (of 133)

00000/0: 62 (of 109)

000000: 1:05:18

Enduro Long Women

0000:

00000: 20(of 34)

AK 40 männlich

0000000: 1:05:18

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Schwimmen	0.30	7:28	24:53	29	2:33	80	3:17	0.30	7:28	24:53	35	1:25	110	
Rad	15.00	52:37	3:30	18	11:11	61	13:58	15.30	1:00:05	3:55	35		109	11:27
Lauf	5.00	24:05	4:48	12	5:37	47	5:37	-	1:24:10	-	20	18:52	62	18:52