



12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Amthor, Holger

□□□: 1:41:28

□□: Fit Unlimited Suhl

□□: 122

□□: 20.30 km

□□□□□/□□□: 118 (of 133)

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

□□□□□/□: 100 (of 109)

□□□□□□: 1:05:18

□□□□:

□□□□□: 13(of 15)

AK 50 männlich

□□□□□□□: 1:15:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	10:16	34:13	15	4:47	109	6:05	0.30	10:16	34:13	16	2:05	110	2:31
Rad	15.00	1:03:42	4:14	14	16:34	100	25:03	15.30	1:13:58	4:50	16	12:40	109	25:20
Lauf	5.00	27:30	5:30	9	6:47	81	9:02	20.30	1:41:28	4:59	13	26:05	100	36:10