



# 12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Schumacher, Lars

□□□: 1:34:50

□□: AC Apolda

□□: 168

□□: 20.30 km

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

□□□□□/□□□: 100 (of 133)

□□□□□/□: 90 (of 109)

□□□□□□: 1:05:18

□□□□:

AK 30 männlich

□□□□□: 26(of 30)

□□□□□□□: 1:05:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	9:45	32:30	30	5:19	107	5:34	0.30	9:45	32:30	31	2:57	110	2:00
Rad	15.00	57:31	3:50	26	18:52	85	18:52	15.30	1:07:16	4:23	30	18:45	109	18:38
Lauf	5.00	27:34	5:30	26	8:01	83	9:06	20.30	1:34:50	4:40	26	29:29	90	29:32