



# 12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Onißeit, Elisabeth

□□□: 1:33:24

□□: AC Apolda

□□: 188

□□: 20.30 km

□□□□□/□□□: 94 (of 133)

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

□□□□□/□: 9 (of 24)

□□□□□□: 1:22:41

□□□□:

□□□□□: 1(of 1)

AK 60 weiblich

□□□□□□□: 1:33:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	7:53	26:16	1	-	16	2:47	0.30	7:53	26:16	1	-	25	0:54
Rad	15.00	58:35	3:54	1	-	11	5:09	15.30	1:06:28	4:20	1	-	25	
Lauf	5.00	26:56	5:23	1	-	10	4:05	20.30	1:33:24	4:36	1	-	9	10:43