



12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Kleinke, Nadine

□□□: 1:29:11

□□: Fitnessoase Ohrdruf

□□: 219

□□: 20.30 km

□□□□□/□□□: 81 (of 133)

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

□□□□□/□: 5 (of 24)

□□□□□□: 1:22:41

□□□□:

□□□□□: 1(of 8)

AK 30 weiblich

□□□□□□□: 1:29:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.30	7:06	23:40	2	0:07	9	2:00	0.30	7:06	23:40	9			25	0:07
Rad	15.00	56:52	3:47	1	-	5	3:26	15.30	1:03:58	4:10	9			25	
Lauf	5.00	25:13	5:02	1	-	4	2:22	20.30	1:29:11	4:23	1	-		5	6:30