



# 12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Blümel, Susan

□□□: 1:44:49

□□: AC Apolda

□□: 172

□□: 20.30 km

□□□□□/□□□: 126 (of 133)

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

□□□□□/□: 23 (of 24)

□□□□□□: 1:22:41

□□□□:

□□□□□: 6(of 7)

AK 40 weiblich

□□□□□□□: 1:28:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	7:00	23:20	1	-	6	1:54	0.30	7:00	23:20	8	-	25	0:01
Rad	15.00	1:05:34	4:22	6	9:39	22	12:08	15.30	1:12:34	4:44	8	6:45	25	5:21
Lauf	5.00	32:15	6:27	5	9:24	21	9:24	20.30	1:44:49	5:09	6	16:36	23	22:08