



# 12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Graf, Winfried

□□□: 1:25:25

□□: Triathlon Friedrichroda

□□: 100

□□: 20.30 km

□□□□□/□□□: 66 (of 133)

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

□□□□□/□: 65 (of 109)

□□□□□□: 1:05:18

□□□□:

□□□□□: 7(of 15)

AK 50 männlich

□□□□□□□: 1:15:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	8:38	28:46	13	3:09	101	4:27	0.30	8:38	28:46	16	0:27	110	0:53
Rad	15.00	48:43	3:14	2	1:35	39	10:04	15.30	57:21	3:44	16		109	8:43
Lauf	5.00	28:04	5:36	11	7:21	87	9:36	20.30	1:25:25	4:12	7	10:02	65	20:07