



# 12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Seidel, Gunnar

□□□: 1:34:37

□□: Skiklub Oker

□□: 239

□□: 20.30 km

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

□□□□□/□□□: 99 (of 133)

□□□□□/□: 89 (of 109)

□□□□□□: 1:05:18

□□□□:

AK 50 männlich

□□□□□: 12(of 15)

□□□□□□□: 1:15:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	6:25	21:23	6	0:56	41	2:14	0.30	6:25	21:23	16			110
Rad	15.00	58:52	3:55	12	11:44	89	20:13	15.30	1:05:17	4:16	16	3:59	109	16:39
Lauf	5.00	29:20	5:51	12	8:37	96	10:52	20.30	1:34:37	4:39	12	19:14	89	29:19