



# 12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Müller, Dirk

□□□: 1:47:08

□□: Lehrte

□□: 185

□□: 20.30 km

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

□□□□□/□□□: 129 (of 133)

□□□□□/□: 106 (of 109)

□□□□□□: 1:05:18

□□□□:

AK 40 männlich

□□□□□: 34(of 34)

□□□□□□□: 1:05:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.30	7:11	23:56	28	2:16	70	3:00	0.30	7:11	23:56	35	1:08	110	
Rad	15.00	1:09:29	4:37	33	28:03	107	30:50	15.30	1:16:40	5:00	35	14:40	109	28:02
Lauf	5.00	30:28	6:05	32	12:00	98	12:00	20.30	1:47:08	5:16	34	41:50	106	41:50