



# 12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Langenhan, Uwe

□□□: 1:44:32

□□: SC Eisenach

□□: 234

□□: 20.30 km

□□□□□/□□□: 125 (of 133)

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

□□□□□/□: 103 (of 109)

□□□□□□: 1:05:18

□□□□:

□□□□□: 14(of 15)

AK 50 männlich

□□□□□□□: 1:15:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	7:01	23:23	7	1:32	66	2:50	0.30	7:01	23:23	16			110
Rad	15.00	1:02:32	4:10	13	15:24	95	23:53	15.30	1:09:33	4:32	16	8:15	109	20:55
Lauf	5.00	34:59	6:59	15	14:16	106	16:31	20.30	1:44:32	5:08	14	29:09	103	39:14