



12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Simon, Wolfgang

□□□: 2:33:46

□□: VfL Wolfsburg

□□: 323

□□: 38.60 km

□□□□□/□□□: 29 (of 66)

XTERRA Thüringen (0,6/28,0/10,0 km)

□□□□□/□: 29 (of 59)

□□□□□□: 2:05:26

□□□□:

□□□□□: 1(of 1)

Senioren 5, TM 60

□□□□□□□: 2:33:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.60	13:30	22:30	1	-	38	5:04	0.60	13:30	22:30	1	-	60	
Rad	28.00	1:32:35	3:18	1	-	25	16:21	28.60	1:46:05	3:42	1	-	57	
Lauf	10.00	47:41	4:46	1	-	32	10:33	38.60	2:33:46	3:59	1	-	29	28:20