



12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Benner, Carsten

□□□: 3:03:24

□□: R+V Triathlon Team

□□: 302

□□: 38.60 km

□□□□□/□□□: 54 (of 66)

XTERRA Thüringen (0,6/28,0/10,0 km)

□□□□□/□: 49 (of 59)

□□□□□□: 2:05:26

□□□□:

□□□□□: 6(of 9)

Senioren 1, TM 40

□□□□□□□: 2:38:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.60	14:16	23:46	4	2:58	45	5:50	0.60	14:16	23:46	10			60
Rad	28.00	1:54:50	4:06	6	24:13	50	38:36	28.60	2:09:06	4:30	8	17:55	57	10:20
Lauf	10.00	54:18	5:25	6	3:58	46	17:10	38.60	3:03:24	4:45	6	25:16	49	57:58