



12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

von Skwarczinsky, Clemens

□□□: 3:07:03

□□: Riyadh Triathletes

□□: 342

□□: 38.60 km

XTERRA Thüringen (0,6/28,0/10,0 km)

□□□□□/□□□: 57 (of 66)

□□□□□/□: 51 (of 59)

□□□□□□: 2:05:26

□□□□:

AK 4, TM 35

□□□□□: 6(of 6)

□□□□□□□: 2:19:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.60	12:01	20:01	4	3:06	30	3:35	0.60	12:01	20:01	7	3:06	60		
Rad	28.00	1:55:12	4:06	6	33:13	51	38:58	28.60	2:07:13	4:26	7	24:49	57	8:27	
Lauf	10.00	59:50	5:59	6	18:07	52	22:42	38.60	3:07:03	4:50	6	47:08	51	1:01:37	