



# 12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Karlowsky, Michael

□□□: 1:09:17

□□: Dresden

□□: 119

□□: 20.30 km

□□□□□/□□□: 7 (of 133)

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

□□□□□/□: 7 (of 109)

□□□□□□: 1:05:18

□□□□:

□□□□□: 2(of 34)

AK 40 männlich

□□□□□□□: 1:05:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.30	6:16	20:53	11	1:21	38	2:05	0.30	6:16	20:53	35	0:13	110		
Rad	15.00	42:22	2:49	2	0:56	7	3:43	15.30	48:38	3:10	35		1	-	
Lauf	5.00	20:39	4:07	4	2:11	10	2:11	20.30	1:09:17	3:24	2	3:59	7	3:59	