



12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Daehne, Falk

□□□: 1:19:49

□□: TSV 1880 Gera-Zwötzen

□□: 102

□□: 20.30 km

□□□□□/□□□: 41 (of 133)

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

□□□□□/□: 41 (of 109)

□□□□□□: 1:05:18

□□□□:

□□□□□: 17(of 30)

AK 30 männlich

□□□□□□□: 1:05:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.30	5:35	18:36	5	1:09	20	1:24	0.30	5:35	18:36	31			110	
Rad	15.00	51:01	3:24	21	12:22	54	12:22	15.30	56:36	3:41	30	8:05	109	7:58	
Lauf	5.00	23:13	4:38	14	3:40	38	4:45	20.30	1:19:49	3:55	17	14:28	41	14:31	