



# 12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Adler, Stefan

□□□: 1:20:05

□□: Eisenach

□□: 129

□□: 20.30 km

□□□□□/□□□: 43 (of 133)

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

□□□□□/□: 43 (of 109)

□□□□□□: 1:05:18

□□□□:

□□□□□: 8(of 17)

AK 20 männlich

□□□□□□□: 1:08:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.30	6:58	23:13	8	2:47	63	2:47	0.30	6:58	23:13	18	1:40	110		
Rad	15.00	48:35	3:14	7	5:47	37	9:56	15.30	55:33	3:37	18	7:27	109	6:55	
Lauf	5.00	24:32	4:54	9	3:42	51	6:04	20.30	1:20:05	3:56	8	11:43	43	14:47	