



12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Riese, Bernhard

□□□: 1:25:41

□□: SV Handwerk Erfurt

□□: 116

□□: 20.30 km

□□□□□/□□□: 70 (of 133)

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

□□□□□/□: 68 (of 109)

□□□□□□: 1:05:18

□□□□:

□□□□□: 24(of 30)

AK 30 männlich

□□□□□□□: 1:05:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	7:19	24:23	20	2:53	73	3:08	0.30	7:19	24:23	31	0:31	110	
Rad	15.00	54:39	3:38	24	16:00	72	16:00	15.30	1:01:58	4:03	30	13:27	109	13:20
Lauf	5.00	23:43	4:44	17	4:10	43	5:15	20.30	1:25:41	4:13	24	20:20	68	20:23