



12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Kornhas, Christoph

□□□: 1:05:42

□□: SV Emsetal

□□: 217

□□: 20.30 km

□□□□□/□□□: 3 (of 133)

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

□□□□□/□: 3 (of 109)

□□□□□□: 1:05:18

□□□□:

□□□□□: 2(of 30)

AK 30 männlich

□□□□□□□: 1:05:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	6:09	20:30	12	1:43	37	1:58	0.30	6:09	20:30	31		110	
Rad	15.00	39:39	2:38	2	1:00	2	1:00	15.30	45:48	2:59	30		109	
Lauf	5.00	19:54	3:58	2	0:21	5	1:26	20.30	1:05:42	3:14	2	0:21	3	0:24