



12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Rabe, Thomas

□□□: 1:23:25

□□: Saalfeld

□□: 141

□□: 20.30 km

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

□□□□□/□□□: 60 (of 133)

□□□□□/□: 59 (of 109)

□□□□□□: 1:05:18

□□□□:

AK 40 männlich

□□□□□: 18(of 34)

□□□□□□□: 1:05:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	5:33	18:30	5	0:38	18	1:22	0.30	5:33	18:30	35		110	
Rad	15.00	53:17	3:33	21	11:51	68	14:38	15.30	58:50	3:50	35		109	10:12
Lauf	5.00	24:35	4:54	14	6:07	52	6:07	20.30	1:23:25	4:06	18	18:07	59	18:07