



12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

Lehmann, Holger

□□□: 1:30:39

□□: Erfurt

□□: 105

□□: 20.30 km

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

□□□□□/□□□: 87 (of 133)

□□□□□/□: 81 (of 109)

□□□□□□: 1:05:18

□□□□:

AK 40 männlich

□□□□□: 25(of 34)

□□□□□□□: 1:05:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	7:58	26:33	33	3:03	93	3:47	0.30	7:58	26:33	35	1:55	110	0:13
Rad	15.00	56:12	3:44	24	14:46	79	17:33	15.30	1:04:10	4:11	35	2:10	109	15:32
Lauf	5.00	26:29	5:17	26	8:01	75	8:01	20.30	1:30:39	4:27	25	25:21	81	25:21