



# 12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

□□□□

**Bock, Marco**

□□□: 1:22:35

□□: Team: Formtief

□□: 155

□□: 20.30 km

□□□□□/□□□: 56 (of 133)

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

□□□□□/□: 56 (of 109)

□□□□□□: 1:05:18

□□□□:

□□□□□: 16(of 34)

AK 40 männlich

□□□□□□□: 1:05:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.30	7:09	23:50	26	2:14	68	2:58	0.30	7:09	23:50	35	1:06	110	
Rad	15.00	48:01	3:12	9	6:35	35	9:22	15.30	55:10	3:36	35		109	6:32
Lauf	5.00	27:25	5:29	27	8:57	80	8:57	20.30	1:22:35	4:04	16	17:17	56	17:17