



## X FULL, HALF & SHORT ICAN TRIATHLON GANDIA

Rafael Lao Fernandez ha completado el FULL  
disputado el **21 de octubre de 2023** finalizando en la posición 8  
con un tiempo total de **08:58:17**

	Tiempo	Posición	Media
<b>Natación</b>	00:53:58	4	01'25"/100m
<b>T1</b>	02:21		
<b>Ciclismo</b>	04:54:50	12	37.44 km/h
<b>T2</b>	02:07		
<b>Carrera</b>	03:04:58	8	04'22"/km