



## X FULL, HALF & SHORT ICAN TRIATHLON GANDIA

Álvaro Nachón Menéndez ha completado el HALF  
disputado el **21 de octubre de 2023** finalizando en la posición 208  
con un tiempo total de **05:06:05**

	Tiempo	Posición	Media
Natación	00:36:16	172	01'54"/100m
T1	04:00		
Ciclismo	02:31:12	203	32.74 km/h
T2	02:53		
Carrera	01:51:43	233	05'15"/km