



## XI FULL, HALF & SHORT ICAN TRIATHLON GANDIA

Jose Manuel Ruiz Roig ha completado el HALF  
disputado el **19 de octubre de 2024** finalizando en la posición 145  
con un tiempo total de **04:48:12**

	Tiempo	Posición	Media
<b>Natación</b>	00:33:32	123	01'45"/100m
<b>T1</b>	02:49		
<b>Ciclismo</b>	02:24:35	181	34.24 km/h
<b>T2</b>	02:26		
<b>Carrera</b>	01:44:48	153	04'55"/km