



XII FULL, HALF & SHORT ICAN TRIATHLON GANDIA

Alexandre Rouco ha completado el HALF
disputado el **18 de octubre de 2025** finalizando en la posición 455
con un tiempo total de **05:55:08**

	Tiempo	Posición	Media
Natación	00:48:51	414	02'34"/100m
T1	06:24		
Ciclismo	02:43:14	439	30.07 km/h
T2	03:38		
Carrera	02:12:59	420	06'15"/km