



9. Cross Triathlon Friedrichroda
99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

Detailauswertung

Nendzynski, Frank

Gesamt-Zeit: 2:13:25

Verein: Schachclub Waltershausen
Startnummer: 155

Strecke: 29,40 km
Einzel Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

Strecken-Platzierung/Gesamt: 122 (von 132)
Strecken-Platzierung/Männer: 108 (von 113)
Bestzeit der Strecke: 1:21:31

Kategorie:
Triathlon Männer AK40

Kategorie-Platzierung: 36(von 38)
Bestzeit in der Kategorie: 1:26:15

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	
Schwimmen	0,40	11:27	28:37	38	4:36	112	5:42	0,40	11:27	28:37	39	0:52	114	4:06	
Rad	23,00	1:21:36	3:32	38	11:21:36	112	11:21:36	23,40	1:33:03	3:58	13	11:05	112	26:39	
Lauf	6,00	40:22	6:43	35	15:07	97	15:30	29,40	2:13:25	4:32	36	47:10	108	51:54	