



9. Cross Triathlon Friedrichroda  
99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

Detailauswertung

Knoke, Thomas

Gesamt-Zeit: 3:06:19

Verein: TSVE 1890 Bielefeld  
Startnummer: 318

Strecke: 55,80 km  
XL-Cross (0.8 / 45.0 / 10.0)

Strecken-Platzierung/Gesamt: 12 (von 46)  
Strecken-Platzierung/Männer: 12 (von 40)  
Bestzeit der Strecke: 2:40:33

Kategorie:  
Triathlon Männer AK40

Kategorie-Platzierung: 6(von 13)  
Bestzeit in der Kategorie: 2:49:28

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	0,80	15:42	19:37	6	1:57	14	3:03	0,80	15:42	19:37	14			41	
Rad	45,00	1:59:09	2:38	9	1:59:09	19	1:59:09	45,80	2:14:51	2:56	13	15:52		40	
Lauf	10,00	51:28	5:08	2	0:59	8	51:28	55,80	3:06:19	3:20	7	1:28:13	13	1:28:13	