



9. Cross Triathlon Friedrichroda
99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

Detailauswertung

Frohl, Jochen

Gesamt-Zeit: 1:41:51

Verein: Lauffreunde Frierichroda
Startnummer: 144

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

Strecken-Platzierung/Gesamt: 36 (von 132)
Strecken-Platzierung/Männer: 34 (von 113)
Bestzeit der Strecke: 1:21:31

Kategorie:
Triathlon Männer AK50

Kategorie-Platzierung: 5(von 15)
Bestzeit in der Kategorie: 1:31:59

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	9:02	22:34	6	0:59	59	3:17	0,40	9:02	22:34	16	0:24	114	1:41	
Rad	23,00	1:02:12	2:42	5	7:20	42	1:02:12	23,40	1:11:14	3:02	16	5:32	112	4:50	
Lauf	6,00	30:37	5:06	4	1:52	22	5:45	29,40	1:41:51	3:27	5	9:52	34	20:20	