



9. Cross Triathlon Friedrichroda
99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

Detailauswertung

Ostertag, Jörg

Gesamt-Zeit: 1:30:20

Verein: Ruhla

Startnummer: 200

Strecke: 29,40 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 7 (von 132)

Einzel Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

Strecken-Platzierung/Männer: 7 (von 113)

Bestzeit der Strecke: 1:21:31

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 3(von 35)

Triathlon Männer AK30

Bestzeit in der Kategorie: 1:23:47

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Schwimmen	0,40	8:57	22:22	20	2:02	53	3:12	0,40	8:57	22:22	36	1:25	114	1:36
Rad	23,00	55:09	2:23	5	10:55:09	11	10:55:09	23,40	1:04:06	2:44	35		112	
Lauf	6,00	26:14	4:22	2	1:22	5	1:22	29,40	1:30:20	3:04	3	6:33	7	8:49