



9. Cross Triathlon Friedrichroda
99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

Detailauswertung

Nothnagel, Uwe

Gesamt-Zeit: 1:47:19

Verein: Fitnessoase Ohrdruf
Startnummer: 150

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

Strecken-Platzierung/Gesamt: 53 (von 132)
Strecken-Platzierung/Männer: 49 (von 113)
Bestzeit der Strecke: 1:21:31

Kategorie:
Triathlon Männer AK40

Kategorie-Platzierung: 17(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	8:15	20:37	8	1:24	29	2:30	0,40	8:15	20:37	39		114	0:54	
Rad	23,00	1:03:21	2:45	16	11:03:21	47	11:03:21	23,40	1:11:36	3:03	38		112	5:12	
Lauf	6,00	35:43	5:57	25	10:28	65	10:51	29,40	1:47:19	3:39	17	21:04	49	25:48	