



9. Cross Triathlon Friedrichroda  
99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

Detailauswertung

Ruhig-ganz-ruhig aus Schwarzhausen Gesamt-Zeit: 1:39:24

Startnummer: 3

Geschwindigkeit: 17,51 km/h  
Laufleistung: 3:23 min/km

Strecke: 29,40 km

Staffel-Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

Strecken-Platzierung: 25 (von 64)  
Bestzeit der Strecke: 1:20:46

Kategorie:

Staffel Cross

Kategorie-Platzierung: 14(von 31)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:20:46

Kontrolle	Zwischenzeiten			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Gesam	Rückst. Gesamt	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Gesam	Rückst. Gesamt
Schwimmen	0,40	9:29	23:42	24	3:24	49	3:24	0,40	9:29	23:42	32	1:23	65	3:10
Rad	23,00	1:04:35	2:48	24	18:25	44	18:25	23,40	1:14:04	3:09	32	4:44	65	1:45
Lauf	6,00	25:20	4:13	2	0:37	5	3:36	29,40	1:39:24	3:22	14	18:38	25	18:38