



10. Cross Triathlon Friedrichroda
Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

Detailauswertung

Adam, Karin

Gesamt-Zeit: 2:07:07

Verein: Hildesheim

Startnummer: 141

Strecke: 29,40 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 148 (von 172)

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

Strecken-Platzierung/Frauen: 14 (von 26)

Bestzeit der Strecke: 1:33:44

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 5(von 10)

AK 40 weiblich

Bestzeit in der Kategorie: 1:42:46

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	
Schwimmen	0,40	9:36	23:59	5	1:50	12	4:10	0,40	9:36	23:59	11	1:07	27		
Rad	23,00	1:22:37	3:35	5	17:53	18	24:02	23,40	1:32:13	3:56	11	19:00	27		
Lauf	6,00	34:54	5:48	4	5:21	12	7:40	29,40	2:07:07	4:19	5	24:21	14	33:23	