



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

Detailauswertung

Nendzynski, Frank

Gesamt-Zeit: 2:13:57

Verein: Schachclub Waltershausen
 Startnummer: 177

Strecke: 29,40 km
 Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

Strecken-Platzierung/Gesamt: 158 (von 172)
 Strecken-Platzierung/Männer: 139 (von 146)
 Bestzeit der Strecke: 1:25:53

Kategorie:
 AK 40 männlich

Kategorie-Platzierung: 43(von 45)
 Bestzeit in der Kategorie: 1:32:32

| 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 | 11:54 | 29:45 | 43 | 5:19 | 141 | 5:58 | 0,40 | 11:54 | 29:45 | 46 | 3:09 | 147 | 4:07 | |
| Rad | 23,00 | 1:25:39 | 3:43 | 45 | 28:11 | 142 | 32:57 | 23,40 | 1:37:33 | 4:10 | 46 | 23:56 | 144 | 32:25 | |
| Lauf | 6,00 | 36:24 | 6:03 | 36 | 9:44 | 118 | 12:41 | 29,40 | 2:13:57 | 4:33 | 43 | 41:25 | 139 | 48:04 | |