



10. Cross Triathlon Friedrichroda
Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

Detailauswertung

Rudloff, Claudia

Gesamt-Zeit: 2:14:14

Verein: INJOY Fitnessclub
Startnummer: 240

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

Strecken-Platzierung/Gesamt: 159 (von 172)
Strecken-Platzierung/Frauen: 20 (von 26)
Bestzeit der Strecke: 1:33:44

Kategorie:
AK 30 weiblich

Kategorie-Platzierung: 5(von 5)
Bestzeit in der Kategorie: 1:43:44

Kontrolle	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	10:53	27:12	5	2:56	21	5:27	0,40	10:53	27:12	6	0:05	27	
Rad	23,00	1:25:39	3:43	5	27:04	22	27:04	23,40	1:36:32	4:07	6	27:09	27	0:30
Lauf	6,00	37:42	6:17	5	4:58	17	10:28	29,40	2:14:14	4:33	5	30:30	20	40:30