



10. Cross Triathlon Friedrichroda
Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

Detailauswertung

Knoke, Thomas

Gesamt-Zeit: 2:56:09

Verein: TSVE 1890 Bielefeld

Startnummer: 341

Strecke: 40,80 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 32 (von 50)

XTERRA Thüringen (0,8/30/10 km)

Strecken-Platzierung/Männer: 30 (von 43)

Bestzeit der Strecke: 2:12:39

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 5(von 6)

Senioren 1, TM 40

Bestzeit in der Kategorie: 2:38:25

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	0,80	14:13	17:46	3	0:49	17	3:44	0,80	14:13	17:46	7	0:26	44		
Rad	30,00	1:48:01	3:36	5	15:07	34	36:05	30,80	2:02:14	3:58	7	9:20	42	4:18	
Lauf	10,00	53:55	5:23	5	3:17	29	13:53	40,80	2:56:09	4:19	5	17:44	31	44:28	