



11. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

Detailauswertung

Fricke, Monika

Gesamt-Zeit: 1:36:28

Verein: AC Apolda
 Startnummer: 188

Strecke: 21,30 km
 Einzel Cross Triathlon (0.3/16,0/5,0 km)

Strecken-Platzierung/Gesamt: 92 (von 122)
 Strecken-Platzierung/Frauen: 7 (von 16)
 Bestzeit der Strecke: 1:22:57

Kategorie:
 Seniorinnen 2, TW 50

Kategorie-Platzierung: 1(von 4)
 Bestzeit in der Kategorie: 1:36:28

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	0,30	6:58	23:13	1	-	4	1:00	0,30	6:58	23:13	5	-	4	1:00
Schwimmen Ges	0,30	6:58												
Rad	16,00	1:00:45	3:47	1	-	8	9:09	16,30	1:07:43	4:09	5	-	8	9:09
Rad Gesamt	16,00	1:00:45												
Lauf	5,00	28:45	5:45	2	4:13	10	5:18	21,30	1:36:28	4:31	1	-	7	13:31
Lauf Gesamt	21,00	1:36:28												