



11. Cross Triathlon Friedrichroda
Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

Detailauswertung

Ruhkamp, Nikolas

Gesamt-Zeit: 1:35:04

Verein: SV Einheit Eisenach

Startnummer: 222

Strecke: 21,30 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 90 (von 122)

Einzel Cross Triathlon (0.3/16,0/5,0 km)

Strecken-Platzierung/Männer: 84 (von 105)

Bestzeit der Strecke: 1:03:47

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 13(von 15)

AK 1, TM 20

Bestzeit in der Kategorie: 1:06:06

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	0,30	6:56	23:06	9	2:00	51	2:15	0,30	6:56	23:06	16	2:00	106	2:00	
Schwimmen Ges	0,30	6:56													
Rad	16,00	58:41	3:40	13	20:08	81	20:08	16,30	1:05:37	4:01	15	21:23	104	21:23	
Rad Gesamt	16,00	58:41													
Lauf	5,00	29:27	5:53	13	7:35	89	10:42	21,30	1:35:04	4:27	13	28:58	84	31:17	
Lauf Gesamt	21,00	1:35:04													