



11. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

Detailauswertung

Nichts, Ralf

Gesamt-Zeit: 1:20:15

Verein: Solingen
 Startnummer: 154

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

Strecken-Platzierung/Gesamt: 39 (von 122)
 Strecken-Platzierung/Männer: 39 (von 105)
 Bestzeit der Strecke: 1:03:47

Kategorie:
 Senioren 2, TM 50

Kategorie-Platzierung: 5(von 14)
 Bestzeit in der Kategorie: 1:04:52

Zwischenzeiten		Teilstreckenwertung						Gesamtwertung						
Kontrolle	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	6:58	23:13	7	1:25	53	2:17	0,30	6:58	23:13	15	0:32	106	2:02
Schwimmen Ges	0,30	6:58												
Rad	16,00	48:59	3:03	5	9:38	38	10:26	16,30	55:57	3:25	15	6:45	104	11:43
Rad Gesamt	16,00	48:59												
Lauf	5,00	24:18	4:51	5	4:20	38	5:33	21,30	1:20:15	3:46	5	15:23	39	16:28
Lauf Gesamt	21,00	1:20:15												