



# 11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

## Detailauswertung

**Nothnagel, Uwe**

**Gesamt-Zeit: 1:22:13**

Verein: Fitnessoase-Ohrdruf  
Startnummer: 214

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

Strecken-Platzierung/Gesamt: 43 (von 122)  
Strecken-Platzierung/Männer: 43 (von 105)  
Bestzeit der Strecke: 1:03:47

Kategorie:  
Senioren 1, TM 40

Kategorie-Platzierung: 14(von 37)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:09:52

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	6:28	21:33	11	1:39	34	1:47	0,30	6:28	21:33	38		106	1:32
Schwimmen Ges	0,30	6:28												
Rad	16,00	49:12	3:04	12	8:37	40	10:39	16,30	55:40	3:24	38		104	11:26
Rad Gesamt	16,00	49:12												
Lauf	5,00	26:33	5:18	22	6:03	65	7:48	21,30	1:22:13	3:51	14	12:21	43	18:26
Lauf Gesamt	21,00	1:22:13												