



9. Cross Triathlon Friedrichroda
99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

evaluación detallada

Ruhig-ganz-ruhig aus Schwarzhausent tiempo total: 1:39:24

Dorsal: 3

velocidad: 17.51 km/h
rendimiento en carrera: 3:23 min/km

recorrido: 29.40 km

Staffel-Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

posición en el recorrido: 25 (de 64)
mejor tiempo del recorrido: 1:20:46

categoría:

Staffel Cross

posición en la categoría: 14(de 31)
mejor tiempo en la categoría: 1:20:46

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Total	Total	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Total	Total
Schwimmen	0.40	9:29	23:42	24	3:24	49	3:24	0.40	9:29	23:42	32	1:23	65	3:10
Rad	23.00	1:04:35	2:48	24	18:25	44	18:25	23.40	1:14:04	3:09	32	4:44	65	1:45
Lauf	6.00	25:20	4:13	2	0:37	5	3:36	29.40	1:39:24	3:22	14	18:38	25	18:38