



9. Cross Triathlon Friedrichroda  
99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

evaluación detallada

LOK Emsetal

tiempo total: 1:30:38

Dorsal: 435

velocidad: 19.20 km/h

rendimiento en carrera: 3:05 min/km

recorrido: 29.40 km

Staffel-Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

posición en el recorrido: 12 (de 64)

mejor tiempo del recorrido: 1:20:46

categoría:

posición en la categoría: 6(de 31)

Staffel Cross

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	8:17	20:42	10	2:12	24	2:12	0.40	8:17	20:42	32	0:11	65	1:58
Rad	23.00	55:37	2:25	8	9:27	14	9:27	23.40	1:03:54	2:43	32		65	
Lauf	6.00	26:44	4:27	6	2:01	11	5:00	29.40	1:30:38	3:04	6	9:52	12	9:52