



9. Cross Triathlon Friedrichroda  
99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

evaluación detallada

Fitness-Oase 1 aus Ohrdruf

tiempo total: 1:46:13

Dorsal: 421

velocidad: 16.61 km/h  
rendimiento en carrera: 3:37 min/km

recorrido: 29.40 km  
Staffel-Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

posición en el recorrido: 43 (de 64)  
mejor tiempo del recorrido: 1:20:46

categoría:  
Staffel Cross - Firmenstaffel

posición en la categoría: 13(de 20)  
mejor tiempo en la categoría: 1:24:30

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	7:20	18:19	4	1:01	9	1:15	0.40	7:20	18:19	21		65	1:01
Rad	23.00	1:03:52	2:46	12	12:20	41	17:42	23.40	1:11:12	3:02	21	3:02	65	
Lauf	6.00	35:01	5:50	16	13:17	50	13:17	29.40	1:46:13	3:36	13	21:43	43	25:27