



9. Cross Triathlon Friedrichroda
99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

evaluación detallada

mehr Spaß zu dritt aus Herrenhof tiempo total: 1:43:48
 velocidad: 16.76 km/h
 rendimiento en carrera: 3:32 min/km

Dorsal: 449

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

posición en el recorrido: 37 (de 64)
 mejor tiempo del recorrido: 1:20:46

categoría:
 Staffel Cross

posición en la categoría: 22(de 31)
 mejor tiempo en la categoría: 1:20:46

control	tiempos parciales							stage score						Total score	
	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	etapa posición categoría	retraso posición categoría	retraso Total	retraso Total	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso posición categoría	retraso Total	retraso Total	
Schwimmen	0.40	7:54	19:45	7	1:49	15	1:49	0.40	7:54	19:45	32		65	1:35	
Rad	23.00	1:04:25	2:48	23	18:15	43	18:15	23.40	1:12:19	3:05	32	2:59	1	-	
Lauf	6.00	31:29	5:14	18	6:46	31	9:45	29.40	1:43:48	3:31	22	23:02	37	23:02	