



9. Cross Triathlon Friedrichroda
99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

evaluación detallada

Emsetal Vital

tiempo total: 2:02:34

Dorsal: 442

velocidad: 14.20 km/h

rendimiento en carrera: 4:10 min/km

recorrido: 29.40 km

Staffel-Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

posición en el recorrido: 57 (de 64)

mejor tiempo del recorrido: 1:20:46

categoría:

posición en la categoría: 3(de 3)

Staffel Cross - Frauenstaffel

mejor tiempo en la categoría: 1:51:54

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	posición		retraso	
				categoría	categoría	Total	Total				categoría	categoría	Total	Total
Schwimmen	0.40	9:25	23:32	3	2:09	47	3:20	0.40	9:25	23:32	4	0:02	65	3:06
Rad	23.00	1:18:29	3:24	3	11:52	57	32:19	23.40	1:27:54	3:45	4	11:54	65	15:35
Lauf	6.00	34:40	5:46	1	-	49	12:56	29.40	2:02:34	4:10	3	10:40	57	41:48