



10. Cross Triathlon Friedrichroda
Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

evaluación detallada

The Beginners

tiempo total: 1:52:50

Dorsal: 77

velocidad: 15.42 km/h

rendimiento en carrera: 3:50 min/km

recorrido: 29.40 km

Staffel-Cross Triathlon (0,4/23/6 km)

posición en el recorrido: 36 (de 48)

mejor tiempo del recorrido: 1:19:11

categoría:

posición en la categoría: 13(de 20)

Staffel Cross

mejor tiempo en la categoría: 1:19:11

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	11:58	29:54	19	5:03	46	5:03	0.40	11:58	29:54	21	1:53	49	3:55
Rad	23.00	1:10:13	3:03	15	24:10	36	24:10	23.40	1:22:11	3:30	21	11:13	49	1:26
Lauf	6.00	30:39	5:06	8	7:36	19	7:36	29.40	1:52:50	3:50	13	33:39	36	33:39