



10. Cross Triathlon Friedrichroda
Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

evaluación detallada

Bodystyle-Sportsfood

Dorsal: 75

recorrido: 29.40 km

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

categoría:

Staffel Cross

tiempo total: 1:56:19

velocidad: 14.96 km/h

rendimiento en carrera: 3:58 min/km

posición en el recorrido: 40 (de 48)

mejor tiempo del recorrido: 1:19:11

posición en la categoría: 16(de 20)

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	9:42	24:14	13	2:47	29	2:47	0.40	9:42	24:14	21		49	1:39
Rad	23.00	1:07:41	2:56	12	21:38	30	21:38	23.40	1:17:23	3:18	21	6:25	49	
Lauf	6.00	38:56	6:29	20	15:53	45	15:53	29.40	1:56:19	3:57	16	37:08	40	37:08