



10. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

evaluación detallada

bewegungs-WELT Bike-Marathon Arnstadt tiempo total: 2:45:52

Dorsal: 479

velocidad: 14.76 km/h
 rendimiento en carrera: 4:04 min/km

recorrido: 40.80 km

Staffel XTERRA Thüringen (0,8/30/10 km)

posición en el recorrido: 5 (de 10)
 mejor tiempo del recorrido: 2:27:09

categoría:

Staffel XTERRA

posición en la categoría: 5(de 10)
 mejor tiempo en la categoría: 2:27:09

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				categoría	categoría	Total	Total
Schwimmen	0.80	21:00	26:15	9	9:36	9	9:36	0.80	21:00	26:15	11	4:34	11	4:34
Rad	30.00	1:23:22	2:46	1	-	1	-	30.80	1:44:22	3:23	11		11	
Lauf	10.00	1:01:30	6:09	10	24:08	10	24:08	40.80	2:45:52	4:03	5	18:43	5	18:43