



10. Cross Triathlon Friedrichroda  
Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

evaluación detallada

LOK Emsetal

tiempo total: 1:33:33

Dorsal: 54

velocidad: 18.60 km/h

rendimiento en carrera: 3:11 min/km

recorrido: 29.40 km

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

posición en el recorrido: 10 (de 48)

mejor tiempo del recorrido: 1:19:11

categoría:

posición en la categoría: 3(de 20)

Staffel Cross

mejor tiempo en la categoría: 1:19:11

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		retraso	
				posición	categoría	posición	categoría				posición	categoría	posición	categoría
Schwimmen	0.40	8:14	20:34	6	1:19	15	1:19	0.40	8:14	20:34	9	49	0:11	
Rad	23.00	59:24	2:34	6	13:21	19	13:21	23.40	1:07:38	2:53	21	49		
Lauf	6.00	25:55	4:19	3	2:52	4	2:52	29.40	1:33:33	3:10	3	14:22	10	14:22