



10. Cross Triathlon Friedrichroda
Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

evaluación detallada

Nendzynski, Frank

tiempo total: 2:13:57

Asociación: Schachclub Waltershausen
Dorsal: 177

recorrido: 29.40 km
Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

posición en el recorrido/Total: 158 (de 172)
posición en el recorrido/Men: 139 (de 146)
mejor tiempo del recorrido: 1:25:53

categoría:
AK 40 männlich

posición en la categoría: 43(de 45)
mejor tiempo en la categoría: 1:32:32

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men	
Schwimmen	0.40	11:54	29:45	43	5:19	141	0.40	11:54	29:45	46	3:09	147	4:07
Rad	23.00	1:25:39	3:43	45	28:11	142	23.40	1:37:33	4:10	46	23:56	144	32:25
Lauf	6.00	36:24	6:03	36	9:44	118	29.40	2:13:57	4:33	43	41:25	139	48:04