



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	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
Schwimmen	0.40	11:54	29:45	43	5:19	141	5:58	0.40	11:54	29:45	46	3:09	147	4:07
Rad	23.00	1:25:39	3:43	45	28:11	142	32:57	23.40	1:37:33	4:10	46	23:56	144	32:25
Lauf	6.00	36:24	6:03	36	9:44	118	12:41	29.40	2:13:57	4:33	43	41:25	139	48:04