



10. Cross Triathlon Friedrichroda
Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

evaluación detallada

Steininger, Heike

tiempo total: 3:53:50

Asociación: TG Bad Waldsee

Dorsal: 331

recorrido: 40.80 km

posición en el recorrido/Total: 46 (de 50)

XTERRA Thüringen (0,8/30/10 km)

posición en el recorrido/Women: 6 (de 7)

mejor tiempo del recorrido: 2:49:46

categoría:

posición en la categoría: 1(de 1)

Seniorinnen 2, TW 45

mejor tiempo en la categoría: 3:53:50

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
Schwimmen	0.80	19:03	23:48	1	-	7	6:41	0.80	19:03	23:48	1	-	8	6:41
Rad	30.00	2:34:55	5:09	1	-	7	49:45	30.80	2:53:58	5:38	1	-	8	55:46
Lauf	10.00	59:52	5:59	1	-	6	31:14	40.80	3:53:50	5:43	1	-	7	1:04:04