



11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

evaluación detallada

Ruhkamp, Martin

tiempo total: 1:32:26

Asociación: SV Einheit Eisenach
Dorsal: 221

recorrido: 21.30 km
Einzel Cross Triathlon (0.3/16,0/5,0 km)

posición en el recorrido/Total: 83 (de 122)
posición en el recorrido/Men: 77 (de 105)
mejor tiempo del recorrido: 1:03:47

categoría:
Senioren 2, TM 50

posición en la categoría: 11(de 14)
mejor tiempo en la categoría: 1:04:52

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	Men	Men	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Men	Men
Schwimmen	0.30	6:18	21:00	4	0:45	29	1:37	0.30	6:18	21:00	15		106	1:22
Schwimmen Total	0.30	6:18												
Rad	16.00	1:00:23	3:46	13	21:02	86	21:50	16.30	1:06:41	4:05	15	17:29	104	22:27
Rad Total	16.00	1:00:23												
Lauf	5.00	25:45	5:09	8	5:47	54	7:00	21.30	1:32:26	4:20	11	27:34	77	28:39
Lauf Total	21.00	1:32:26												