



11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

evaluación detallada

Ruhkamp, Nikolas

tiempo total: 1:35:04

Asociación: SV Einheit Eisenach

Dorsal: 222

recorrido: 21.30 km

posición en el recorrido/Total: 90 (de 122)

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

posición en el recorrido/Men: 84 (de 105)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:47

categoría:

posición en la categoría: 13(de 15)

AK 1, TM 20

mejor tiempo en la categoría: 1:06:06

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	0.30	6:56	23:06	9	2:00	51	2:15	0.30	6:56	23:06	16	2:00	106	2:00
Schwimmen Total	0.30	6:56												
Rad	16.00	58:41	3:40	13	20:08	81	20:08	16.30	1:05:37	4:01	15	21:23	104	21:23
Rad Total	16.00	58:41												
Lauf	5.00	29:27	5:53	13	7:35	89	10:42	21.30	1:35:04	4:27	13	28:58	84	31:17
Lauf Total	21.00	1:35:04												