



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

posición en el recorrido/Total: 90 (de 122)
posición en el recorrido/Men: 84 (de 105)
mejor tiempo del recorrido: 1:03:47

categoría:
AK 1, TM 20

posición en la categoría: 13(de 15)
mejor tiempo en la categoría: 1:06:06

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	6:56	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												