



11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

evaluación detallada

Köster, Ralf

tiempo total: 2:57:17

Asociación: TSG Kleinostheim

Dorsal: 363

recorrido: 38.60 km

posición en el recorrido/Total: 44 (de 82)

XTERRA Thüringen (0,6/28,0/10,0 km)

posición en el recorrido/Men: 41 (de 78)

mejor tiempo del recorrido: 2:05:51

categoría:

posición en la categoría: 10(de 21)

Senioren 1, TM 40

mejor tiempo en la categoría: 2:06:52

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso				
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men		
Schwimmen	0.60	12:23	20:38	8	5:30	40	7:40	0.60	12:23	20:38	1	-	78	2:24
Schwimmen Total	0.60	12:23												
Rad	28.00	1:52:44	4:01	12	33:32	47	1:01:53	28.60	2:05:07	4:22	21		77	4:36
Rad Total	28.00	1:52:44												
Lauf	10.00	52:10	5:13	12	13:55	41	39:27	38.60	2:57:17	4:35	10	50:25	42	1:34:02
Lauf Total	38.00	2:57:17												