



11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

evaluación detallada

Swiderski, Jan

tiempo total: 3:07:45

Asociación: WSC 07 Ruhla
Dorsal: 364

recorrido: 38.60 km
XTERRA Thüringen (0,6/28,0/10,0 km)

posición en el recorrido/Total: 57 (de 82)
posición en el recorrido/Men: 54 (de 78)
mejor tiempo del recorrido: 2:05:51

categoría:
Senioren 2, TM 45

posición en la categoría: 6(de 9)
mejor tiempo en la categoría: 2:34:03

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	retraso	retraso	retraso	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso	retraso	retraso	
			retraso	retraso	retraso	retraso				retraso	retraso	retraso	retraso	
Schwimmen	0.60	13:28	22:26	8	6:20	58	8:45	0.60	13:28	22:26	9	2:19	78	3:29
Schwimmen Total	0.60	13:28												
Rad	28.00	2:02:03	4:21	6	23:35	60	1:11:12	28.60	2:15:31	4:44	9	25:34	77	15:00
Rad Total	28.00	2:02:03												
Lauf	10.00	52:14	5:13	4	9:01	42	39:31	38.60	3:07:45	4:51	6	33:42	55	1:44:30
Lauf Total	38.00	3:07:45												