



# 11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

## evaluación detallada

**Nendzynski, Frank**

tiempo total: 1:43:30

Asociación: ZSG Grün-Weiß Waltershausen  
Dorsal: 138

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

posición en el recorrido/Total: 106 (de 122)  
posición en el recorrido/Men: 94 (de 105)  
mejor tiempo del recorrido: 1:03:47

categoría:  
Senioren 1, TM 40

posición en la categoría: 35(de 37)  
mejor tiempo en la categoría: 1:09:52

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	9:04	30:13	37	4:15	100	4:23	0.30	9:04	30:13	38	1:36	106	4:08
Schwimmen Total	0.30	9:04												
Rad	16.00	1:03:47	3:59	34	23:12	93	25:14	16.30	1:12:51	4:28	38	11:54	104	28:37
Rad Total	16.00	1:03:47												
Lauf	5.00	30:39	6:07	34	10:09	93	11:54	21.30	1:43:30	4:51	35	33:38	94	39:43
Lauf Total	21.00	1:43:30												