



12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

evaluación detallada

Swiderski, Jan

tiempo total: 1:21:51

Asociación: WSC 07 Ruhla

Dorsal: 198

recorrido: 20.30 km

posición en el recorrido/Total: 53 (de 133)

Cross Triathlon (0.3/15,0/5,0 km)

posición en el recorrido/Men: 53 (de 109)

mejor tiempo del recorrido: 1:05:18

categoría:

posición en la categoría: 14(de 34)

AK 40 männlich

mejor tiempo en la categoría: 1:05:18

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		
				posición	posición	posición				posición	posición	posición
				Men	Men	Men				Men	Men	Men
Schwimmen	0.30	6:04	20:13	10	1:09	33	0.30	6:04	20:13	35	0:01	110
Rad	15.00	52:48	3:31	19	11:22	62	15.30	58:52	3:50	35	10:14	109
Lauf	5.00	22:59	4:35	8	4:31	35	20.30	1:21:51	4:01	14	16:33	53