



9. Cross Triathlon Friedrichroda  
99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

Exploitation détaillée

Römer, Ramona

Temps total: 3:44:26

Association: First-Fitness-Club Bad Salzungen  
Dossard: 336

Circuit: 55.80 km  
XL-Cross (0.8 / 45.0 / 10.0)

Place par parcours/Total: 37 (de 46)  
Place par parcours/Femmes: 3 (de 6)  
Meilleur temps dans le parcours: 3:17:06

Catégorie:  
Triathlon Frauen AK30

Place par catégorie: 2(de 4)  
Meilleur temps dans la catégorie: 3:17:06

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes
Schwimmen	0.80	23:30	29:22	4	8:37	6	8:37	0.80	23:30	29:22	5	8:37	7	8:37	0.80	23:30	29:22	5	8:37	7	8:37	0.80	23:30	29:22	5	8:37	7	8:37
Rad	45.00	2:27:58	3:17	3	20:23	4	20:23	45.80	2:51:28	3:44	5	29:00	7	29:00	45.80	2:51:28	3:44	5	29:00	7	29:00	45.80	2:51:28	3:44	5	29:00	7	29:00
Lauf	10.00	52:58	5:17	1	-	1	-	55.80	3:44:26	4:01	2	27:20	3	27:20	55.80	3:44:26	4:01	2	27:20	3	27:20	55.80	3:44:26	4:01	2	27:20	3	27:20