



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 | catg. | catg. | Femme | Femmes | catg. | catg. | Femme | Femmes | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Femme | Femmes | catg. | catg. | Femme | Femmes | 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 | 5 | 8:37 | 7 | 8:37 | 5 | 8:37 | 7 | 8:37 | 5 | 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 | 5 | 29:00 | 7 | 29:00 | 5 | 29:00 | 7 | 29:00 | 5 | 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 | 2 | 27:20 | 3 | 27:20 | 2 | 27:20 | 3 | 27:20 | 2 | 27:20 |