



9. Cross Triathlon Friedrichroda
99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

Exploitation détaillée

Instenberg, Christian

Temps total: 1:46:08

Association: Seebach

Dossard: 232

Circuit: 29.40 km

Place par parcours/Total: 49 (de 132)

Einzel Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

Place par parcours/Hommes: 45 (de 113)

Meilleur temps dans le parcours: 1:21:31

Catégorie:

Place par catégorie: 11(de 18)

Triathlon Männer AK20

Meilleur temps dans la catégorie: 1:21:31

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.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	catg.Homm	
Schwimmen	0.40	8:07	20:17	7	2:22	27	2:22	0.40	8:07	20:17	19	1:13	114	0:46															
Rad	23.00	1:05:40	2:51	11	15:28	61	11:05:40	23.40	1:13:47	3:09	19	7:05	112	7:23															
Lauf	6.00	32:21	5:23	10	7:11	39	7:29	29.40	1:46:08	3:36	11	24:37	45	24:37															