



9. Cross Triathlon Friedrichroda  
99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

Exploitation détaillée

LOK Emsetal

Temps total: 1:30:38

Dossard: 435

Vitesse: 19.46 km/h

Kilométrage: 3:05 min/km

Circuit: 29.40 km

Staffel-Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

Place par parcours: 12 (de 64)

Meilleur temps dans le parcours: 1:20:46

Catégorie:

Place par catégorie: 6(de 31)

Staffel Cross

Meilleur temps dans la catégorie: 1:20:46

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.	Total	Total	Total	Total	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Total	Total	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Total	Total	Total	Total	Total	Total	Total
Schwimmen	0.40	8:17	20:42	10	2:12	24	2:12	0.40	8:17	20:42	32	0:11	65	1:58														
Rad	23.00	55:37	2:25	8	9:27	14	9:27	23.40	1:03:54	2:43	32		65															
Lauf	6.00	26:44	4:27	6	2:01	11	5:00	29.40	1:30:38	3:04	6	9:52	12	9:52														