



9. Cross Triathlon Friedrichroda
99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

Exploitation détaillée

Emsetal Vital

Temps total: 2:02:34

Dossard: 442

Vitesse: 14.20 km/h

Kilométrage: 4:10 min/km

Circuit: 29.40 km

Staffel-Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

Place par parcours: 57 (de 64)

Meilleur temps dans le parcours: 1:20:46

Catégorie:

Place par catégorie: 3(de 3)

Staffel Cross - Frauenstaffel

Meilleur temps dans la catégorie: 1:51:54

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	9:25	23:32	3	2:09	47	3:20	0.40	9:25	23:32	4	0:02	65	3:06														
Rad	23.00	1:18:29	3:24	3	11:52	57	32:19	23.40	1:27:54	3:45	4	11:54	65	15:35														
Lauf	6.00	34:40	5:46	1	-	49	12:56	29.40	2:02:34	4:10	3	10:40	57	41:48														