



10. Cross Triathlon Friedrichroda  
Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

Exploitation détaillée

Adam, Karin

Temps total: 2:07:07

Association: Hildesheim

Dossard: 141

Circuit: 29.40 km

Place par parcours/Total: 148 (de 172)

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

Place par parcours/Femmes: 14 (de 26)

Meilleur temps dans le parcours: 1:33:44

Catégorie:

Place par catégorie: 5(de 10)

AK 40 weiblich

Meilleur temps dans la catégorie: 1:42:46

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.	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	0.40	9:36	23:59	5	1:50	12	4:10	0.40	9:36	23:59	11	1:07	27															
Rad	23.00	1:22:37	3:35	5	17:53	18	24:02	23.40	1:32:13	3:56	11	19:00	27															
Lauf	6.00	34:54	5:48	4	5:21	12	7:40	29.40	2:07:07	4:19	5	24:21	14	33:23														