



# 10. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

## Exploitation détaillée

Zaspel, Thomas

Temps total: 1:53:09

Association: Trügleben

Dossard: 218

Circuit: 29.40 km

Place par parcours/Total: 111 (de 172)

Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

Place par parcours/Hommes: 104 (de 146)

Meilleur temps dans le parcours: 1:25:53

Catégorie:

Place par catégorie: 31(de 45)

AK 40 männlich

Meilleur temps dans la catégorie: 1:32:32

### 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.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	
Schwimmen	0.40	12:09	30:22	44	5:34	142	6:13	0.40	12:09	30:22	46	3:24	147	4:22															
Rad	23.00	1:08:24	2:58	28	10:56	97	15:42	23.40	1:20:33	3:26	46	6:56	144	15:25															
Lauf	6.00	32:36	5:26	21	5:56	74	8:53	29.40	1:53:09	3:50	31	20:37	104	27:16															