



10. Cross Triathlon Friedrichroda
Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

Exploitation détaillée

Hermann, Jan

Temps total: 1:54:57

Association: Fitnesssoase-Ohrdruff
Dossard: 254

Circuit: 29.40 km
Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

Place par parcours/Total: 117 (de 172)
Place par parcours/Hommes: 110 (de 146)
Meilleur temps dans le parcours: 1:25:53

Catégorie:
AK 30 männlich

Place par catégorie: 36(de 42)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:25:53

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires			Résultats d'étape				Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Schwimmen	0.40	9:46	24:25	31	2:48	94	3:50	0.40	9:46	24:25	43	0:32	147	1:59
Rad	23.00	1:09:41	3:01	33	15:40	106	16:59	23.40	1:19:27	3:23	42	2:49	144	14:19
Lauf	6.00	35:30	5:55	32	11:47	109	11:47	29.40	1:54:57	3:54	36	29:04	110	29:04