



10. Cross Triathlon Friedrichroda  
Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

Exploitation détaillée

Ernst, Beate

Temps total: 1:55:23

Association: sonntagsläufer tambach-dietharz  
Dossard: 156

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

Place par parcours/Total: 120 (de 172)  
Place par parcours/Femmes: 8 (de 26)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:33:44

Catégorie:  
AK 40 weiblich

Place par catégorie: 2(de 10)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:42:46

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Place				Retard				Total		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes		
Schwimmen	0.40	9:25	23:32	4	1:39	11	3:59	0.40	9:25	23:32	11	0:56	27			
Rad	23.00	1:14:09	3:13	4	9:25	10	15:34	23.40	1:23:34	3:34	11	10:21	27			
Lauf	6.00	31:49	5:18	2	2:16	6	4:35	29.40	1:55:23	3:55	2	12:37	8	21:39		