



11. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

Exploitation détaillée

Werner, Ralf

Temps total: 1:55:13

Association: Stedtfelder Rennsteigfreunde
 Dossard: 161

Circuit: 21.30 km
 Einzel Cross Triathlon (0.3/16,0/5,0 km)

Place par parcours/Total: 117 (de 122)
 Place par parcours/Hommes: 102 (de 105)
 Meilleur temps dans le parcours: 1:03:47

Catégorie:
 Seniores 1, TM 40

Place par catégorie: 37(de 37)
 Meilleur temps dans la catégorie: 1:09:52

Temps intermédiaires		Résultats d'étape						Résultat total						
Poste	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	0.30	8:39	28:50	34	3:50	96	3:58	0.30	8:39	28:50	38	1:11	88	3:43
Schwimmen Total	0.30	8:39												
Rad	16.00	1:19:42	4:58	37	39:07	102	41:09	16.30	1:28:21	5:25	38	27:24	104	44:07
Rad Total	16.00	1:19:42												
Lauf	5.00	26:52	5:22	24	6:22	69	8:07	21.30	1:55:13	5:24	37	45:21	102	51:26
Lauf Total	21.00	1:55:13												