



# 11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

## Exploitation détaillée

Fricke, Lars Erik

Temps total: 2:05:51

Association: X4cross/ AC Apolda  
Dossard: 360

Circuit: 38.60 km  
XTERRA Thüringen (0,6/28,0/10,0 km)

Place par parcours/Total: 1 (de 82)  
Place par parcours/Hommes: 1 (de 78)  
Meilleur temps dans le parcours: 2:05:51

Catégorie:  
AK 3, TM 30

Place par catégorie: 1(de 13)  
Meilleur temps dans la catégorie: 2:05:51

Poste	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	0.60	7:57	13:15	2	3:14	4	3:14	0.60	7:57	13:15	1	-	78	
Schwimmen Total	0.60	7:57												
Rad	28.00	1:19:11	2:49	1	-	2	28:20	28.60	1:27:08	3:02	1	-	77	
Rad Total	28.00	1:19:11												
Lauf	10.00	38:43	3:52	1	-	3	26:00	38.60	2:05:51	3:15	1	-	2	42:36
Lauf Total	38.00	2:05:51												