



11. Cross Triathlon Friedrichroda
 Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

Exploitation détaillée

Blumenstein, Dirk

Temps total: 3:00:58

Association: SBR-Spangenberg
 Dossard: 367

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

Place par parcours/Total: 48 (de 82)
 Place par parcours/Hommes: 45 (de 78)
 Meilleur temps dans le parcours: 2:05:51

Catégorie:
 Seniores 1, TM 40

Place par catégorie: 12(de 21)
 Meilleur temps dans la catégorie: 2:06:52

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	0.60	11:53	19:48	6	5:00	32	7:10	0.60	11:53	19:48	22		78	1:54
Schwimmen Total	0.60	11:53												
Rad	28.00	2:01:19	4:19	14	42:07	57	1:10:28	28.60	2:13:12	4:39	21		77	12:41
Rad Total	28.00	2:01:19												
Lauf	10.00	47:46	4:46	6	9:31	24	35:03	38.60	3:00:58	4:41	12	54:06	46	1:37:43
Lauf Total	38.00	3:00:58												