



11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

Exploitation détaillée

Swiderski, Jan

Temps total: 3:07:45

Association: WSC 07 Ruhla

Dossard: 364

Circuit: 38.60 km

XTERRA Thüringen (0,6/28,0/10,0 km)

Place par parcours/Total: 57 (de 82)

Place par parcours/Hommes: 54 (de 78)

Meilleur temps dans le parcours: 2:05:51

Catégorie:

Senioren 2, TM 45

Place par catégorie: 6(de 9)

Meilleur temps dans la catégorie: 2:34:03

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		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	13:28	22:26	8	6:20	58	8:45	0.60	13:28	22:26	9	2:19	78	3:29
Schwimmen Total	0.60	13:28												
Rad	28.00	2:02:03	4:21	6	23:35	60	1:11:12	28.60	2:15:31	4:44	9	25:34	77	15:00
Rad Total	28.00	2:02:03												
Lauf	10.00	52:14	5:13	4	9:01	42	39:31	38.60	3:07:45	4:51	6	33:42	55	1:44:30
Lauf Total	38.00	3:07:45												