



# 11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

## Exploitation détaillée

Rudel, Jens

Temps total: 3:30:54

Association: TV Sangerhausen  
Dossard: 377

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

Place par parcours/Total: 72 (de 82)  
Place par parcours/Hommes: 69 (de 78)  
Meilleur temps dans le parcours: 2:05:51

Catégorie:  
Senioren 2, TM 45

Place par catégorie: 7(de 9)  
Meilleur temps dans la catégorie: 2:34:03

Poste	Temps intermédiaires							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	12:54	21:30	7	5:46	51	8:11	0.60	12:54	21:30	9	1:45	78	2:55	
Schwimmen Total	0.60	12:54													
Rad	28.00	2:16:24	4:52	7	37:56	71	1:25:33	28.60	2:29:18	5:13	9	39:21	77	28:47	
Rad Total	28.00	2:16:24													
Lauf	10.00	1:01:36	6:09	7	18:23	72	48:53	38.60	3:30:54	5:27	7	56:51	70	2:07:39	
Lauf Total	38.00	3:30:54													