



# 11. Cross Triathlon Friedrichroda

Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

## Exploitation détaillée

Lier, Gerd

Temps total: 3:31:31

Association: Gü We Läufer  
Dossard: 375

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

Place par parcours/Total: 76 (de 82)  
Place par parcours/Hommes: 73 (de 78)  
Meilleur temps dans le parcours: 2:05:51

Catégorie:  
Senioren 3, TM 50

Place par catégorie: 6(de 7)  
Meilleur temps dans la catégorie: 2:43:45

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	17:46	29:36	7	8:04	76	13:03	0.60	17:46	29:36	8	8:04	78	7:47	
Schwimmen Total	0.60	17:46													
Rad	28.00	2:13:09	4:45	5	1:22:18	68	1:22:18	28.60	2:30:55	5:16	8	1:30:22	77	30:24	
Rad Total	28.00	2:13:09													
Lauf	10.00	1:00:36	6:03	4	47:53	68	47:53	38.60	3:31:31	5:28	7	2:08:16	74	2:08:16	
Lauf Total	38.00	3:31:31													