



11. Cross Triathlon Friedrichroda
Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

Exploitation détaillée

Frank, Jörg

Temps total: 1:15:54

Association: Team Steffan Wobbe

Dossard: 207

Circuit: 21.30 km

Place par parcours/Total: 23 (de 122)

Einzel Cross Triathlon (0.3/16,0/5,0 km)

Place par parcours/Hommes: 23 (de 105)

Meilleur temps dans le parcours: 1:03:47

Catégorie:

Place par catégorie: 7(de 37)

Senioren 1, TM 40

Meilleur temps dans la catégorie: 1:09:52

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

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	0.30	6:30	21:40	12	1:41	35	1:49	0.30	6:30	21:40	38		106	1:34
Schwimmen Total	0.30	6:30												
Rad	16.00	46:12	2:53	5	5:37	22	7:39	16.30	52:42	3:13	38		104	8:28
Rad Total	16.00	46:12												
Lauf	5.00	23:12	4:38	11	2:42	30	4:27	21.30	1:15:54	3:33	7	6:02	23	12:07
Lauf Total	21.00	1:15:54												