



11. Cross Triathlon Friedrichroda
Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

Exploitation détaillée

Hermann, Jan

Temps total: 1:22:01

Association: Fitnesssoase-Ohrdruf
Dossard: 215

Circuit: 21.30 km
Einzel Cross Triathlon (0.3/16,0/5,0 km)

Place par parcours/Total: 41 (de 122)
Place par parcours/Hommes: 41 (de 105)
Meilleur temps dans le parcours: 1:03:47

Catégorie:
AK 2, TM 30

Place par catégorie: 14(de 27)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:03:47

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	0.30	6:49	22:43	13	2:08	45	2:08	0.30	6:49	22:43	28		60	1:53
Schwimmen Total	0.30	6:49												
Rad	16.00	48:49	3:03	13	9:01	36	10:16	16.30	55:38	3:24	27	0:55	104	11:24
Rad Total	16.00	48:49												
Lauf	5.00	26:23	5:16	18	7:38	63	7:38	21.30	1:22:01	3:51	14	18:14	41	18:14
Lauf Total	21.00	1:22:01												