



12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

Exploitation détaillée

Swiderski, Jan

Temps total: 1:21:51

Association: WSC 07 Ruhla

Dossard: 198

Circuit: 20.30 km

Place par parcours/Total: 53 (de 133)

Cross Triathlon (0.3/15,0/5,0 km)

Place par parcours/Hommes: 53 (de 109)

Meilleur temps dans le parcours: 1:05:18

Catégorie:

Place par catégorie: 14(de 34)

AK 40 männlich

Meilleur temps dans la catégorie: 1:05:18

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	6:04	20:13	10	1:09	33	1:53	0.30	6:04	20:13	35	0:01	110	
Rad	15.00	52:48	3:31	19	11:22	62	14:09	15.30	58:52	3:50	35		109	10:14
Lauf	5.00	22:59	4:35	8	4:31	35	4:31	20.30	1:21:51	4:01	14	16:33	53	16:33