12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

Exploitation détaillée

Kosmetschke, Ralf

Association: Ichtershausen
Dossard: 152

Temps total: 1:39:09

Circuit: 20.30 km
Cross Triathlon (0.3/15,0/5,0 km)

Place par parcours/Total: 112 (de 133)
Place par parcours/Hommes: 96 (de 109)
Meilleur temps dans le parcours: 1:05:18

Catégorie:
AK 20 männlich

Place par catégorie: 14(de 17)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:08:22

Temps intermédiaires

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homme	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homme	Retard Hommes
Schwimmen	0.30	6:41	22:16	6	2:30	53	2:30	0.30	6:41	22:16	18	1:23	110	
Rad	15.00	1:00:12	4:00	15	17:24	92	21:33	15.30	1:06:53	4:22	18	18:47	109	18:15
Lauf	5.00	32:16	6:27	15	11:26	103	13:48	20.30	1:39:09	4:53	14	30:47	96	33:51