12. Cross Triathlon mit XTERRA - Einzel

Friedrichroda / Thüringen / 14.07.2013

Exploitation détaillée

Lüpke, Mirko

Association: Exil- Erzgebirger
Dossard: 142

Temps total: 1:15:44

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

Place par parcours/Total: 28 (de 133)
Place par parcours/Hommes: 28 (de 109)
Meilleur temps dans le parcours: 1:05:18

Catégorie:
AK 30 männlich

Place par catégorie: 11(de 30)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:05:21

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	7:00	23:20	19	2:34	64	2:49	0.30	7:00	23:20	31	0:12	110	
Rad	15.00	46:40	3:06	11	8:01	26	8:01	15.30	53:40	3:30	30	5:09	109	5:02
Lauf	5.00	22:04	4:24	11	2:31	29	3:36	20.30	1:15:44	3:43	11	10:23	28	10:26