



9. Nordhäuser Citylauf  
 Nordhausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Erny, Thomas

Verein: Academy of Life e.V.  
 Startnummer: 375

Strecke: 9,90 km  
 3 Runden 9,9 km

Kategorie:  
 Senioren M45

Gesamt-Zeit: 41:51

Geschwindigkeit: 12,90 km/h  
 Laufleistung: 4:14 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 29 (von 78)  
 Strecken-Platzierung/Männer: 28 (von 68)  
 Bestzeit der Strecke: 31:53

Kategorie-Platzierung: 8(von 10)  
 Bestzeit in der Kategorie: 38:15

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Rundenzeit	3,30	14:10	4:17	7	1:39	31	3:17	3,30	14:10	4:17	1	-	32	
Rundenzeit	3,30	14:03	4:15	6	1:21	21	3:41	6,60	28:13	4:16	1	-	32	
Ziel	3,30	13:38	4:07	6	0:47	18	3:00	9,90	41:51	4:13	8	3:36	28	9:58