



9. Nordhäuser Citylauf
Nordhausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Krist, Josef

Verein: Nordhausen
Startnummer: 306

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

Kategorie:
Senioren M40

Gesamt-Zeit: 43:26

Geschwindigkeit: 12,43 km/h
Laufleistung: 4:23 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 34 (von 78)
Strecken-Platzierung/Männer: 32 (von 68)
Bestzeit der Strecke: 31:53

Kategorie-Platzierung: 7(von 11)
Bestzeit in der Kategorie: 35:40

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	13:56	4:13	6	2:25	29	3:03	3,30	13:56	4:13	4	1:11	43	
Rundenzeit	3,30	14:21	4:20	6	2:22	27	3:59	6,60	28:17	4:17	4	2:35	46	
Ziel	3,30	15:09	4:35	7	2:59	31	4:31	9,90	43:26	4:23	7	7:46	32	11:33