



9. Nordhäuser Citylauf  
Nordhausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Heintze, Kai

Verein: Hainichläufer  
Startnummer: 322

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

Kategorie:  
Senioren M45

Gesamt-Zeit: 40:23

Geschwindigkeit: 14,71 km/h  
Laufleistung: 4:05 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 21 (von 78)  
Strecken-Platzierung/Männer: 21 (von 68)  
Bestzeit der Strecke: 31:53

Kategorie-Platzierung: 6(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	13:14	4:00	6	0:43	19	2:21	3,30	13:14	4:00	6			51
Rundenzeit	3,30	13:36	4:07	5	0:54	17	3:14	6,60	26:50	4:03	6			51
Ziel	3,30	13:33	4:06	4	0:42	16	2:55	9,90	40:23	4:04	6	2:08	21	8:30