



9. Nordhäuser Citylauf
 Nordhausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Ableidinger, Michael

Verein: Team Q
 Startnummer: 215

Strecke: 6,60 km
 2 Runden 6,6 km

Kategorie:
 Männer

Gesamt-Zeit: 32:13

Geschwindigkeit: 11,17 km/h
 Laufleistung: 4:53 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 25 (von 44)
 Strecken-Platzierung/Männer: 25 (von 36)
 Bestzeit der Strecke: 21:12

Kategorie-Platzierung: 2(von 3)
 Bestzeit in der Kategorie: 27:22

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	15:40	4:44	2	1:44	21	5:01	3,30	15:40	4:44	3	1:44	8	
Ziel	3,30	16:33	5:00	2	3:07	24	6:15	6,60	32:13	4:52	2	4:51	25	11:01