



9. Nordhäuser Citylauf

Nordhausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Hasenstein, Mario

Startnummer: 378

Strecke: 9,90 km

3 Runden 9,9 km

Kategorie:

Senioren M45

Gesamt-Zeit: 38:29

Geschwindigkeit: 15,44 km/h

Laufleistung: 3:53 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 11 (von 78)

Strecken-Platzierung/Männer: 11 (von 68)

Bestzeit der Strecke: 31:53

Kategorie-Platzierung: 2(von 10)

Bestzeit in der Kategorie: 38:15

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Rundenzeit	3,30	12:36	3:49	2	0:05	10	1:43	3,30	12:36	3:49	7			53
Rundenzeit	3,30	13:02	3:56	3	0:20	11	2:40	6,60	25:38	3:53	7			53
Ziel	3,30	12:51	3:53	1	-	7	2:13	9,90	38:29	3:53	2	0:14	11	6:36