



9. Nordhäuser Citylauf
Nordhausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Arndt, Marcus

Startnummer: 352

Strecke: 9,90 km

3 Runden 9,9 km

Kategorie:

Senioren M35

Gesamt-Zeit: 41:17

Geschwindigkeit: 13,08 km/h

Laufleistung: 4:10 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 24 (von 78)

Strecken-Platzierung/Männer: 24 (von 68)

Bestzeit der Strecke: 31:53

Kategorie-Platzierung: 3(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 38:09

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Rundenzeit	3,30	13:15	4:00	1	-	20	2:22	3,30	13:15	4:00	2			54
Rundenzeit	3,30	14:01	4:14	2	0:41	20	3:39	6,60	27:16	4:07	2	0:38		54
Ziel	3,30	14:01	4:14	2	0:47	22	3:23	9,90	41:17	4:10	3	3:08	24	9:24