



9. Nordhäuser Citylauf
 Nordhausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Hesse, Frederic

Verein: Ellrich
 Startnummer: 359

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

Kategorie:
 Männer

Gesamt-Zeit: 44:10

Geschwindigkeit: 12,23 km/h
 Laufleistung: 4:28 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 39 (von 78)
 Strecken-Platzierung/Männer: 37 (von 68)
 Bestzeit der Strecke: 31:53

Kategorie-Platzierung: 8(von 16)
 Bestzeit in der Kategorie: 31:53

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	13:26	4:04	7	2:33	23	2:33	3,30	13:26	4:04	8	1:22	3	
Rundenzeit	3,30	15:16	4:37	7	4:54	35	4:54	6,60	28:42	4:20	8	4:07	3	
Ziel	3,30	15:28	4:41	7	4:50	32	4:50	9,90	44:10	4:27	8	12:17	37	12:17