



9. Nordhäuser Citylauf
Nordhausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Meißner, Dirk

Startnummer: 361

Strecke: 9,90 km

3 Runden 9,9 km

Kategorie:

Senioren M40

Gesamt-Zeit: 44:21

Geschwindigkeit: 12,18 km/h

Laufleistung: 4:29 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 41 (von 78)

Strecken-Platzierung/Männer: 39 (von 68)

Bestzeit der Strecke: 31:53

Kategorie-Platzierung: 8(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 35:40

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	15:04	4:33	8	3:33	39	4:11	3,30	15:04	4:33	6	2:19	7	
Rundenzeit	3,30	14:56	4:31	7	2:57	29	4:34	6,60	30:00	4:32	6	4:18	7	
Ziel	3,30	14:21	4:20	5	2:11	26	3:43	9,90	44:21	4:28	8	8:41	39	12:28