



9. Nordhäuser Citylauf

Nordhausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Juch, Roy

Startnummer: 364

Strecke: 9,90 km

3 Runden 9,9 km

Kategorie:

Senioren M35

Gesamt-Zeit: 44:51

Geschwindigkeit: 12,04 km/h

Laufleistung: 4:32 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 45 (von 78)

Strecken-Platzierung/Männer: 43 (von 68)

Bestzeit der Strecke: 31:53

Kategorie-Platzierung: 4(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	13:55	4:13	3	0:40	28	3:02	3,30	13:55	4:13	3	0:37	8	
Rundenzeit	3,30	15:05	4:34	3	1:45	31	4:43	6,60	29:00	4:23	3	2:22	8	
Ziel	3,30	15:51	4:48	3	2:37	37	5:13	9,90	44:51	4:31	4	6:42	43	12:58