



# 9. Nordhäuser Citylauf

Nordhausen / 15.09.2013

## Detailauswertung

Urban, Heike

Verein: VfL 28 Ellrich  
Startnummer: 217

Strecke: 6,60 km  
2 Runden 6,6 km

Kategorie:  
Seniorinnen W45

Gesamt-Zeit: 35:25

Geschwindigkeit: 10,16 km/h  
Laufleistung: 5:22 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 32 (von 44)

Strecken-Platzierung/Frauen: 3 (von 8)

Bestzeit der Strecke: 34:20

Kategorie-Platzierung: 2(von 4)

Bestzeit in der Kategorie: 34:48

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen				km	Zeit		
Rundenzeit	3,30	17:06	5:10	2	0:29	2	0:29	3,30	17:06	5:10	2			5
Ziel	3,30	18:19	5:33	2	0:08	4	0:39	6,60	35:25	5:21	2	0:37	3	1:05