



9. Nordhäuser Citylauf
 Nordhausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Froese-Karow, Andreas

Verein: Nordhausen
 Startnummer: 336

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

Kategorie:
 Senioren M30

Gesamt-Zeit: 48:19

Geschwindigkeit: 12,29 km/h
 Laufleistung: 4:53 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 58 (von 78)
 Strecken-Platzierung/Männer: 54 (von 68)
 Bestzeit der Strecke: 31:53

Kategorie-Platzierung: 6(von 7)
 Bestzeit in der Kategorie: 32:12

| Kontrolle | Teilstreckenwertung | | | | | | | Gesamtwertung | | | | | | |
|------------|---------------------|------------|--------------|------------|--------------|--------------|----------------|---------------|-------------|---------------|------------|--------------|--------------|----------------|
| | Split km | Split Zeit | Split min/km | Platz Kat. | Rückst. Kat. | Platz Männer | Rückst. Männer | Gesamt km | Gesamt Zeit | Gesamt min/km | Platz Kat. | Rückst. Kat. | Platz Männer | Rückst. Männer |
| Rundenzeit | 3,30 | 15:55 | 4:49 | 6 | 5:01 | 46 | 5:02 | 3,30 | 15:55 | 4:49 | 6 | 5:01 | 17 | |
| Rundenzeit | 3,30 | 16:20 | 4:56 | 6 | 5:42 | 42 | 5:58 | 6,60 | 32:15 | 4:53 | 6 | 10:43 | 17 | |
| Ziel | 3,30 | 16:04 | 4:52 | 5 | 5:24 | 39 | 5:26 | 9,90 | 48:19 | 4:52 | 6 | 16:07 | 54 | 16:26 |