



9. Nordhäuser Citylauf
Nordhausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Bose, Sirko

Startnummer: 380

Strecke: 9,90 km

3 Runden 9,9 km

Kategorie:

Senioren M40

Gesamt-Zeit: 45:36

Geschwindigkeit: 11,84 km/h

Laufleistung: 4:37 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 48 (von 78)

Strecken-Platzierung/Männer: 46 (von 68)

Bestzeit der Strecke: 31:53

Kategorie-Platzierung: 9(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 35:40

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	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	14:52	4:30	7	3:21	38	3:59	3,30	14:52	4:30	8	2:07	22	
Rundenzeit	3,30	15:12	4:36	8	3:13	34	4:50	6,60	30:04	4:33	8	4:22	22	
Ziel	3,30	15:32	4:42	8	3:22	33	4:54	9,90	45:36	4:36	9	9:56	46	13:43