



9. Nordhäuser Citylauf

Nordhausen / 15.09.2013

Detailauswertung

John, Andreas

Startnummer: 353

Strecke: 9,90 km

3 Runden 9,9 km

Kategorie:

Senioren M55

Gesamt-Zeit: 50:10

Geschwindigkeit: 10,76 km/h

Laufleistung: 5:04 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 63 (von 78)

Strecken-Platzierung/Männer: 57 (von 68)

Bestzeit der Strecke: 31:53

Kategorie-Platzierung: 4(von 5)

Bestzeit in der Kategorie: 39:36

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Rundenzeit	3,30	16:42	5:03	4	3:47	51	5:49	3,30	16:42	5:03	4	2:46	23	0:29
Rundenzeit	3,30	16:38	5:02	4	3:26	43	6:16	6,60	33:20	5:03	4	5:42	23	
Ziel	3,30	16:50	5:06	4	3:21	43	6:12	9,90	50:10	5:04	4	10:34	57	18:17