



# 11. Nordhäuser Citylauf

Nordhausen / 20.09.2015

## Detailauswertung

**Ponick, Alexander**

Verein: Großlohra-Kleinwenden  
Startnummer: 465

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

Kategorie:  
Senioren M40

**Gesamt-Zeit: 51:20**

Geschwindigkeit: 11,57 km/h

Strecken-Platzierung/Gesamt: 71 (von 135)

Strecken-Platzierung/Männer: 67 (von 105)

Bestzeit der Strecke: 35:25

Kategorie-Platzierung: 10(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 41:43

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	km/h	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	km/h	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Rundenzeit	3,30	15:49	12,52	6	1:58	58	4:04	3,30	15:49	12,52	6	1:58	58	4:04
Rundenzeit	3,30	17:34	11,27	10	3:40	69	5:42	6,60	33:23	11,86	8	5:38	63	9:46
Ziel	3,30	17:57	11,03	10	3:59	72	6:09	9,90	51:20	11,57	10	9:37	67	15:55