



# 12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

## Detailauswertung

Helbing, Mark

Verein: Niedergebra  
Startnummer: 273

Strecke: 3,30 km  
1 Runde 3,3 km

Kategorie:  
Senioren M40

Gesamt-Zeit: 21:09

Geschwindigkeit: 8,51 km/h  
Laufleistung: 6:25 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 80 (von 113)  
Strecken-Platzierung/Männer: 45 (von 61)  
Bestzeit der Strecke: 12:02

Kategorie-Platzierung: 3(von 4)  
Bestzeit in der Kategorie: 12:33