



# 12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

## Detailauswertung

**Lochner, Steffen**

Verein: Südharzer Laufshop

Startnummer: 493

Strecke: 9,90 km

3 Runden 9,9 km

Kategorie:

Senioren M45

**Gesamt-Zeit: 46:23**

Geschwindigkeit: 11,64 km/h

Laufleistung: 4:41 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 26 (von 97)

Strecken-Platzierung/Männer: 26 (von 74)

Bestzeit der Strecke: 36:01

Kategorie-Platzierung: 5(von 7)

Bestzeit in der Kategorie: 41:19

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Rundenzeit	3,30	14:48	4:29	4	1:08	27	10:57	3,30	14:48	4:29	4	1:08	27	10:57
Rundenzeit	3,30	15:42	4:45	5	1:47	27	3:42	6,60	30:30	4:37	5	2:55	28	9:05
Ziel	3,30	15:53	4:48	5	2:09	28	3:39	9,90	46:23	4:41	5	5:04	27	12:18