



12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

Detailauswertung

Ponick, Alexander

Gesamt-Zeit: 51:44

Startnummer: 507

Geschwindigkeit: 10,44 km/h

Laufleistung: 5:14 min/km

Strecke: 9,90 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 53 (von 97)

3 Runden 9,9 km

Strecken-Platzierung/Männer: 51 (von 74)

Bestzeit der Strecke: 36:01

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 9(von 9)

Senioren M40

Bestzeit in der Kategorie: 41:15

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

| Kontrolle | Split | | | Teilstreckenwertung | | | | Gesamtwertung | | | | | | |
|------------|-------|-------|--------|---------------------|--------------|--------------|----------------|---------------|-------------|---------------|------------|--------------|--------------|----------------|
| | km | Zeit | 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 | 16:36 | 5:01 | 9 | 3:31 | 54 | 12:45 | 3,30 | 16:36 | 5:01 | 9 | 3:31 | 54 | 12:45 |
| Rundenzeit | 3,30 | 17:40 | 5:21 | 9 | 3:39 | 51 | 5:40 | 6,60 | 34:16 | 5:11 | 9 | 7:10 | 53 | 12:51 |
| Ziel | 3,30 | 17:28 | 5:17 | 8 | 3:45 | 50 | 5:14 | 9,90 | 51:44 | 5:13 | 9 | 10:29 | 52 | 17:39 |