



## 33. Nordhäuser Silvesterlauf 2019

Nordhausen / 31.12.2019

### Detailed evaluation

**Konschak, Raphael**

Club: Triathlon Nordhausen e.V.

Number: 221

Course: 2.30 km

Schnupperlauf

Category:

männliche Jugend U10 (8-9 Jahre)

Total time: 11:41

Speed: 10.27 km/h

Running performance: 5:05 min/km

Rank in course/Total: 6 (of 37)

Rank in course/Men: 3 (of 19)

Best time in course: 9:45

Rank in category: 2(of 11)

Best time in the category: 11:10