



8. Nordhäuser Citylauf  
Nordhausen / 16.09.2012

evaluación detallada

Trost, Frank

Asociación: Nordhausen  
Dorsal: 373

recorrido: 9.90 km  
3 Runden

categoría:  
Senioren M45

tiempo total: 46:32

velocidad: 11.60 km/h  
rendimiento en carrera: 4:42 min/km

posición en el recorrido/Total: 38 (de 69)  
posición en el recorrido/Men: 36 (de 59)  
mejor tiempo del recorrido: 31:26

posición en la categoría: 8(de 10)  
mejor tiempo en la categoría: 39:11