



# 9. Nordhäuser Citylauf

Nordhausen / 15.09.2013

## evaluación detallada

Holzhouse, Hartmut

Dorsal: 233

recorrido: 6.60 km

2 Runden 6,6 km

categoría:

Senioren M60

tiempo total: 34:18

velocidad: 10.50 km/h

rendimiento en carrera: 5:12 min/km

posición en el recorrido/Total: 28 (de 44)

posición en el recorrido/Men: 28 (de 36)

mejor tiempo del recorrido: 21:12

posición en la categoría: 3(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 31:11

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

| control    | etapa | etapa  | etapa  | posició   | retraso | posició | retraso | Total | Total | Total | posició | retraso | posició | retraso |
|------------|-------|--------|--------|-----------|---------|---------|---------|-------|-------|-------|---------|---------|---------|---------|
|            | km    | tiempo | min/km | categoría | Men     | Men     | Men     |       |       |       | Men     | Men     | Men     |         |
| Rundenzeit | 3.30  | 16:09  | 4:53   | 3         | 0:39    | 23      | 5:30    | 3.30  | 16:09 | 4:53  | 1       | -       | 1       | -       |
| meta       | 3.30  | 18:09  | 5:30   | 3         | 2:28    | 27      | 7:51    | 6.60  | 34:18 | 5:11  | 3       | 3:07    | 28      | 13:06   |