



9. Nordhäuser Citylauf

Nordhausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Heintze, Kai

Asociación: Hainichläufer

Dorsal: 322

recorrido: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

categoría:

Senioren M45

tiempo total: 40:23

velocidad: 14.71 km/h

rendimiento en carrera: 4:05 min/km

posición en el recorrido/Total: 21 (de 78)

posición en el recorrido/Men: 21 (de 68)

mejor tiempo del recorrido: 31:53

posición en la categoría: 6(de 10)

mejor tiempo en la categoría: 38:15

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
Rundenzeit	3.30	13:14	4:00	6	0:43	19	2:21	3.30	13:14	4:00	6	51		
Rundenzeit	3.30	13:36	4:07	5	0:54	17	3:14	6.60	26:50	4:03	6	51		
meta	3.30	13:33	4:06	4	0:42	16	2:55	9.90	40:23	4:04	6	2:08	21	8:30