



## 29. Nordhäuser Silvesterlauf 2015

Nordhausen / 31.12.2015

### evaluación detallada

**Ponich, Alexander**

Asociación: Großlohra

Dorsal: 143

recorrido: 7.20 km

Pokallauf

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 38:22

velocidad: 10.95 km/h

rendimiento en carrera: 5:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 41 (de 55)

posición en el recorrido/Men: 39 (de 44)

mejor tiempo del recorrido: 20:47

posición en la categoría: 4(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 30:16