



# 12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

## evaluación detallada

**Heintze, Kai**

Asociación: Hainichläufer

Dorsal: 365

recorrido: 6.60 km

2 Runden 6,6 km

categoría:

Senioren M45

tiempo total: 31:32

velocidad: 11.42 km/h

rendimiento en carrera: 4:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 13 (de 65)

posición en el recorrido/Men: 13 (de 42)

mejor tiempo del recorrido: 24:07

posición en la categoría: 2(de 6)

mejor tiempo en la categoría: 29:29

## 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	categoría	Men	Men				km	tiempo		
Rundenzeit	3.30	15:43	4:45	2	1:00	17	3:55	3.30	15:43	4:45	2	1:00	17	3:55
meta	3.30	15:49	4:47	2	1:03	10	3:30	6.60	31:32	4:46	2	2:03	13	7:25