



12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

evaluación detallada

Jahn, Mirko

Asociación: SSV Erfurt Nord e. V.

Dorsal: 378

recorrido: 6.60 km

2 Runden 6,6 km

categoría:

Senioren M45

tiempo total: 32:44

velocidad: 11.00 km/h

rendimiento en carrera: 4:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 19 (de 65)

posición en el recorrido/Men: 19 (de 42)

mejor tiempo del recorrido: 24:07

posición en la categoría: 3(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	Men	Men	km				tiempo	min/km		
Rundenzeit	3.30	16:02	4:51	3	1:19	19	4:14	3.30	16:02	4:51	3	1:19	19	4:14
meta	3.30	16:42	5:03	3	1:56	18	4:23	6.60	32:44	4:57	3	3:15	19	8:37