



12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

evaluación detallada

Mewes, Frank

Asociación: Harztor-Läufer /SV Hannovera e.V.
Dorsal: 362

recorrido: 6.60 km
2 Runden 6,6 km

categoría:
Senioren M45

tiempo total: 35:24

velocidad: 10.17 km/h
rendimiento en carrera: 5:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 32 (de 65)
posición en el recorrido/Men: 30 (de 42)
mejor tiempo del recorrido: 24:07

posición en la categoría: 5(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	17:02	5:09	5	2:19	28	5:14	3.30	17:02	5:09	5	2:19	28	5:14
meta	3.30	18:22	5:33	5	3:36	29	6:03	6.60	35:24	5:21	5	5:55	30	11:17