



12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

evaluación detallada

Fricke, Markus

Asociación: LTV Obereichsfeld

Dorsal: 510

recorrido: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

categoría:

Senioren M45

tiempo total: 45:43

velocidad: 11.81 km/h

rendimiento en carrera: 4:37 min/km

posición en el recorrido/Total: 23 (de 97)

posición en el recorrido/Men: 23 (de 74)

mejor tiempo del recorrido: 36:01

posición en la categoría: 4(de 7)

mejor tiempo en la categoría: 41:19

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men	Total Men
				retraso	posición	categoría				retraso	posición	categoría		
Rundenzeit	3.30	14:58	4:32	6	1:18	32	3.30	14:58	4:32	6	1:18	32	11:07	
Rundenzeit	3.30	15:14	4:36	4	1:19	22	6.60	30:12	4:34	4	2:37	24	8:47	
meta	3.30	15:31	4:42	4	1:47	24	9.90	45:43	4:37	4	4:24	24	11:38	