



12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

evaluación detallada

Krist, Josef

Asociación: Nordhausen

Dorsal: 430

recorrido: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

categoría:

Senioren M40

tiempo total: 47:29

velocidad: 11.37 km/h

rendimiento en carrera: 4:48 min/km

posición en el recorrido/Total: 32 (de 97)

posición en el recorrido/Men: 32 (de 74)

mejor tiempo del recorrido: 36:01

posición en la categoría: 6(de 9)

mejor tiempo en la categoría: 41:15

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
				retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso	
Rundenzeit	3.30	15:25	4:40	6	2:20	35	3.30	15:25	4:40	6	2:20	35	11:34
Rundenzeit	3.30	15:59	4:50	6	1:58	31	6.60	31:24	4:45	6	4:18	32	9:59
meta	3.30	16:05	4:52	6	2:22	32	9.90	47:29	4:47	6	6:14	33	13:24