



## 9. Nordhäuser Citylauf

Nordhausen / 15.09.2013

### Exploitation détaillée

#### Knape, Karsten

Association: VG Nordhausen Salza  
Dossard: 321

Circuit: 9.90 km  
3 Runden 9,9 km

Catégorie:  
Senioren M30

Temps total: 42:54

Vitesse: 12.59 km/h  
Kilométrage: 4:20 min/km

Place par parcours/Total: 33 (de 78)

Place par parcours/Hommes: 31 (de 68)

Meilleur temps dans le parcours: 31:53

Place par catégorie: 2(de 7)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:12

#### Temps intermédiaires

#### Résultats d'étape

#### Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Rundenzeit	3.30	13:51	4:11	2	2:57	27	2:58	3.30	13:51	4:11	2	2:57	28	
Rundenzeit	3.30	14:20	4:20	2	3:42	26	3:58	6.60	28:11	4:16	2	6:39	28	
Arrivée	3.30	14:43	4:27	3	4:03	29	4:05	9.90	42:54	4:19	2	10:42	31	11:01