



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: 13.85 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	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	
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															