



11. Nordhäuser Citylauf

Nordhausen / 20.09.2015

Exploitation détaillée

Ponick, Alexander

Association: Großlohra-Kleinwenden

Dossard: 465

Circuit: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

Catégorie:

Senioren M40

Temps total: 51:20

Vitesse: 10.52 km/h

Place par parcours/Total: 71 (de 135)

Place par parcours/Hommes: 67 (de 105)

Meilleur temps dans le parcours: 35:25

Place par catégorie: 10(de 11)

Meilleur temps dans la catégorie: 41:43

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires			Résultats d'étape				Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape km/h	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total km/h	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Rundenzeit	3.30	15:49	11.38	6	1:58	58	4:04	3.30	15:49	11.38	6	1:58	58	4:04
Rundenzeit	3.30	17:34	10.25	10	3:40	69	5:42	6.60	33:23	10.78	8	5:38	63	9:46
Arrivée	3.30	17:57	10.03	10	3:59	72	6:09	9.90	51:20	10.52	10	9:37	67	15:55