



12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

Exploitation détaillée

Mewes, Frank

Association: Harztor-Läufer /SV Hannovera e.V.

Dossard: 362

Circuit: 6.60 km

2 Runden 6,6 km

Catégorie:

Senioren M45

Temps total: 35:24

Vitesse: 10.17 km/h

Kilométrage: 5:22 min/km

Place par parcours/Total: 32 (de 65)

Place par parcours/Hommes: 30 (de 42)

Meilleur temps dans le parcours: 24:07

Place par catégorie: 5(de 6)

Meilleur temps dans la catégorie: 29:29

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	17:02	5:09	5	2:19	28	5:14	3.30	17:02	5:09	5	2:19	28	5:14
Arrivée	3.30	18:22	5:33	5	3:36	29	6:03	6.60	35:24	5:21	5	5:55	30	11:17