



12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

Exploitation détaillée

Trogisch, Volker

Association: VfL 28 Ellrich

Dossard: 451

Circuit: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

Catégorie:

Senioren M45

Temps total: 41:19

Vitesse: 13.07 km/h

Kilométrage: 4:10 min/km

Place par parcours/Total: 7 (de 97)

Place par parcours/Hommes: 7 (de 74)

Meilleur temps dans le parcours: 36:01

Place par catégorie: 1(de 7)

Meilleur temps dans la catégorie: 41:19

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.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm
Rundenzeit	3.30	13:40	4:08	1	-	10	9:49	3.30	13:40	4:08	1	-	10	9:49	3.30	13:40	4:08	1	-	10	9:49	1	-	10	9:49	1	-	10	9:49
Rundenzeit	3.30	13:55	4:13	1	-	7	1:55	6.60	27:35	4:10	1	-	9	6:10	6.60	27:35	4:10	1	-	9	6:10	1	-	9	6:10	1	-	9	6:10
Arrivée	3.30	13:44	4:09	1	-	7	1:30	9.90	41:19	4:10	1	-	8	7:14	9.90	41:19	4:10	1	-	8	7:14	1	-	8	7:14	1	-	8	7:14