



12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

Exploitation détaillée

Kindervater, Lars

Association: FSV Schernberg

Dossard: 477

Circuit: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

Catégorie:

Senioren M45

Temps total: 43:34

Vitesse: 13.63 km/h

Kilométrage: 4:24 min/km

Place par parcours/Total: 15 (de 97)

Place par parcours/Hommes: 15 (de 74)

Meilleur temps dans le parcours: 36:01

Place par catégorie: 3(de 7)

Meilleur temps dans la catégorie: 41:19

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	14:19	4:20	3	0:39	16	10:28	3.30	14:19	4:20	3	0:39	16	10:28
Rundenzeit	3.30	14:37	4:25	3	0:42	14	2:37	6.60	28:56	4:23	3	1:21	16	7:31
Arrivée	3.30	14:38	4:26	3	0:54	14	2:24	9.90	43:34	4:24	3	2:15	16	9:29