



## 30. Nordhäuser Silvesterlauf 2016

Nordhausen / 31.12.2016

### Exploitation détaillée

#### Knape, Karsten

Association: Südharzer Laufshop

Dossard: 85

Circuit: 7.20 km

Pokallauf

Catégorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 29:01

Vitesse: 14.47 km/h

Kilométrage: 4:02 min/km

Place par parcours/Total: 8 (de 65)

Place par parcours/Hommes: 8 (de 53)

Meilleur temps dans le parcours: 14:15

Place par catégorie: 1(de 8)

Meilleur temps dans la catégorie: 29:01