



## 33. Nordhäuser Silvesterlauf 2019

Nordhausen / 31.12.2019

### Exploitation détaillée

#### Konschak, Ulrich

Association: Orthim Triathlon Team

Dossard: 16

Circuit: 7.00 km

Pokallauf

Catégorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 29:13

Vitesse: 14.38 km/h

Kilométrage: 4:10 min/km

Place par parcours/Total: 7 (de 59)

Place par parcours/Hommes: 7 (de 45)

Meilleur temps dans le parcours: 27:19

Place par catégorie: 2(de 7)

Meilleur temps dans la catégorie: 28:29