



## 33. Nordhäuser Silvesterlauf 2019

Nordhausen / 31.12.2019

### Exploitation détaillée

**Herda, Michael**

Association: Runningcrew GW

Dossard: 8

Circuit: 7.00 km

Pokallauf

Catégorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 30:44

Vitesse: 13.67 km/h

Kilométrage: 4:23 min/km

Place par parcours/Total: 12 (de 59)

Place par parcours/Hommes: 12 (de 45)

Meilleur temps dans le parcours: 27:19

Place par catégorie: 3(de 11)

Meilleur temps dans la catégorie: 28:52