



9. Nordhäuser Citylauf

Nordhausen / 15.09.2013

Detalizēti rezultāti

Heise, Rüdiger

Klubs: Sondershausen

Numurs: 209

Posms: 6.60 km

2 Runden 6,6 km

Grupa:

Senioren M60

Kopējais laiks: 31:29

Ātrums: 11.43 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:46 min/km

Vieta distancē/Kopā: 23 (no 44)

Vieta distancē/Vīrieši: 23 (no 36)

Distances labākais laiks: 21:12

Vieta grupā: 2(no 3)

Grupas labākais laiks: 31:11

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši
Rundenzeit	3.30	15:35	4:43	2	0:05	20	4:56	3.30	15:35	4:43	2			14
finišs	3.30	15:54	4:49	2	0:13	19	5:36	6.60	31:29	4:46	2	0:18	23	10:17