



23. Karbener Stadtlauf  
Klein-Karben / 12.08.2012

□□□□

**Bruns-Nogel, Dirk**

□□: TSV Cappel

□□: 663

□□: 10.00 km

10 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 59:04

□□: 10.16 km/h

□□□□: 5:55 min/km

□□□□□/□□□: 148 (of 180)

□□□□□/□: 120 (of 140)

□□□□□□: 34:14

□□□□□: 28(of 32)

□□□□□□□: 36:49