



9. Nordhäuser Citylauf
 Nordhausen / 15.09.2013

□□□□

Gülzow, Dieter

□□: 288

□□: 3.30 km

1 Runde 3,3 km

□□□□:

Senioren M60

□□□: 22:56

□□: 7.85 km/h

□□□□: 6:57 min/km

□□□□□/□□□: 90 (of 95)

□□□□□/□: 53 (of 54)

□□□□□□: 10:59

□□□□□: 2(of 2)

□□□□□□□: 16:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.25	fehlt!	-	-	-	-	-	3.25	-	-	-	-	-	-
□□	3.30	22:56	6:56	2	6:48	53	11:57	3.30	22:56	6:56	2	6:48	53	11:57