



9. Nordhäuser Citylauf  
 Nordhausen / 15.09.2013

□□□□

Lämmer, Christian

□□□: 16:34

□□: 196

□□: 10.87 km/h

□□□□: 5:01 min/km

□□: 3.30 km

□□□□□/□□□: 47 (of 95)

1 Runde 3,3 km

□□□□□/□: 38 (of 54)

□□□□□□: 10:59

□□□□:

□□□□□: 9(of 9)

männliche Jugend U16 (14 und 15 Jahre)

□□□□□□□: 11:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.25	fehlt!	-	-	-	-	-	3.25	-	-	-	-	-	-
□□	3.30	16:34	5:01	9	5:16	38	5:35	3.30	16:34	5:01	9	5:16	38	5:35