



9. Nordhäuser Citylauf
 Nordhausen / 15.09.2013

□□□□

Chour, Uwe

□□: Grundschule Niedersalza
 □□: 103

□□: 3.30 km
 1 Runde 3,3 km

□□□□:
 Senioren M55

□□□: 15:15

□□: 11.80 km/h
 □□□□: 4:37 min/km

□□□□□/□□□: 33 (of 95)

□□□□□/□: 29 (of 54)

□□□□□□: 10:59

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 12:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.25	fehlt!	-	-	-	-	-	3.25	-	-	-	-	-	-
□□	3.30	15:15	4:37	2	2:34	29	4:16	3.30	15:15	4:37	2	2:34	29	4:16