



9. Nordhäuser Citylauf
 Nordhausen / 15.09.2013

□□□□

Kurch, Jörg

□□: VfL 28 Ellrich

□□: 315

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M50

□□□: 39:57

□□: 13.52 km/h

□□□□: 4:02 min/km

□□□□□/□□□: 18 (of 78)

□□□□□/□: 18 (of 68)

□□□□□□: 31:53

□□□□□: 1(of 6)

□□□□□□□: 39:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	13:04	3:57	1	-	14	2:11	3.30	13:04	3:57	1	-	29	
Rundenzeit	3.30	13:25	4:03	1	-	15	3:03	6.60	26:29	4:00	1	-	29	
□□	3.30	13:28	4:04	1	-	14	2:50	9.90	39:57	4:02	1	-	18	8:04