



9. Nordhäuser Citylauf
Nordhausen / 15.09.2013

□□□□

Kouschil, Thomas

□□: Klemme AG Nordhausen
□□: 300

□□: 9.90 km
3 Runden 9,9 km

□□□□:
Senioren M40

□□□: 38:39

□□: 15.37 km/h
□□□□: 3:54 min/km

□□□□□/□□□: 12 (of 78)

□□□□□/□: 12 (of 68)

□□□□□□: 31:53

□□□□□: 4(of 11)

□□□□□□□: 35:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	3.30	12:32	3:47	2	1:01	8	1:39	3.30	12:32	3:47	2		30	
Rundenzeit	3.30	13:00	3:56	3	1:01	10	2:38	6.60	25:32	3:52	2		30	
□□	3.30	13:07	3:58	3	0:57	10	2:29	9.90	38:39	3:54	4	2:59	12	6:46