



9. Nordhäuser Citylauf

Nordhausen / 15.09.2013

□□□□

Lütkendorf, Falk

□□: 366

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M50

□□□: 41:04

□□: 14.46 km/h

□□□□: 4:09 min/km

□□□□□/□□□: 22 (of 78)

□□□□□/□: 22 (of 68)

□□□□□□: 31:53

□□□□□: 2(of 6)

□□□□□□□: 39:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	13:27	4:04	2	0:23	24	2:34	3.30	13:27	4:04	3	0:23	35	
Rundenzeit	3.30	13:44	4:09	2	0:19	19	3:22	6.60	27:11	4:07	3	0:42	35	
□□	3.30	13:53	4:12	2	0:25	20	3:15	9.90	41:04	4:08	2	1:07	22	9:11