



9. Nordhäuser Citylauf  
 Nordhausen / 15.09.2013

□□□□

Gloger, Andreas

□□□: 39:14

□□: 379

□□: 13.76 km/h

□□□□: 3:58 min/km

□□: 9.90 km

□□□□□/□□□: 15 (of 78)

3 Runden 9,9 km

□□□□□/□: 15 (of 68)

□□□□□□: 31:53

□□□□:

□□□□□: 3(of 10)

Senioren M45

□□□□□□□: 38:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	13:04	3:57	4	0:33	14	2:11	3.30	13:04	3:57	3			29
Rundenzeit	3.30	12:58	3:55	2	0:16	9	2:36	6.60	26:02	3:56	3			40
□□	3.30	13:12	4:00	3	0:21	11	2:34	9.90	39:14	3:57	3	0:59	15	7:21