



9. Nordhäuser Citylauf  
 Nordhausen / 15.09.2013

□□□□

Bomberg, Dirk

□□: Impuls Erfurt

□□: 334

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M55

□□□: 41:30

□□: 14.31 km/h

□□□□: 4:11 min/km

□□□□□/□□□: 26 (of 78)

□□□□□/□: 26 (of 68)

□□□□□□: 31:53

□□□□□: 2(of 5)

□□□□□□□: 39:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	3.30	13:56	4:13	2	1:01	29	3:03	3.30	13:56	4:13	1	-	43	
Rundenzeit	3.30	13:42	4:09	2	0:30	18	3:20	6.60	27:38	4:11	1	-	43	
□□	3.30	13:52	4:12	2	0:23	19	3:14	9.90	41:30	4:11	2	1:54	26	9:37