



9. Nordhäuser Citylauf
 Nordhausen / 15.09.2013

□□□□

Scheele, Björn

□□□: 43:37

□□: 360

□□: 12.38 km/h

□□□□: 4:25 min/km

□□: 9.90 km

□□□□□/□□□: 37 (of 78)

3 Runden 9,9 km

□□□□□/□: 35 (of 68)

□□□□□□: 31:53

□□□□:

□□□□□: 3(of 7)

Senioren M30

□□□□□□□: 32:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	14:13	4:18	3	3:19	32	3:20	3.30	14:13	4:18	3	3:19	47	
Rundenzeit	3.30	14:48	4:29	3	4:10	28	4:26	6.60	29:01	4:23	3	7:29	47	
□□	3.30	14:36	4:25	2	3:56	28	3:58	9.90	43:37	4:24	3	11:25	35	11:44