



9. Nordhäuser Citylauf
Nordhausen / 15.09.2013

0000

Heintze, Kai

00: Hainichläufer
00: 322

00: 9.90 km
3 Runden 9,9 km

0000:
Senioren M45

000: 40:23

00: 14.71 km/h
0000: 4:05 min/km

00000/000: 21 (of 78)

00000/0: 21 (of 68)

000000: 31:53

00000: 6(of 10)

0000000: 38:15

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Rundenzeit	3.30	13:14	4:00	6	0:43	19	2:21	3.30	13:14	4:00	6	-	51	
Rundenzeit	3.30	13:36	4:07	5	0:54	17	3:14	6.60	26:50	4:03	6	-	51	
00	3.30	13:33	4:06	4	0:42	16	2:55	9.90	40:23	4:04	6	2:08	21	8:30