



9. Nordhäuser Citylauf
 Nordhausen / 15.09.2013

□□□□

Wehling, Michael

□□: Göttingen

□□: 312

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M30

□□□: 47:13

□□: 12.58 km/h

□□□□: 4:46 min/km

□□□□□/□□□: 54 (of 78)

□□□□□/□: 50 (of 68)

□□□□□□: 31:53

□□□□□: 5(of 7)

□□□□□□□: 32:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	15:16	4:37	5	4:22	42	4:23	3.30	15:16	4:37	4	4:22	15	
Rundenzeit	3.30	16:15	4:55	5	5:37	40	5:53	6.60	31:31	4:46	4	9:59	15	
□□	3.30	15:42	4:45	4	5:02	36	5:04	9.90	47:13	4:46	5	15:01	50	15:20