



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 |