



9. Nordhäuser Citylauf

Nordhausen / 15.09.2013

□□□□

Mettler, Jonas

□□: Nordhäuser Sportverein

□□: 212

□□: 6.60 km

2 Runden 6,6 km

□□□□:

männliche Jugend U18 (16 und 17 Jahre)

□□□: 30:48

□□: 11.69 km/h

□□□□: 4:40 min/km

□□□□□/□□□: 16 (of 44)

□□□□□/□: 16 (of 36)

□□□□□□: 21:12

□□□□□: 4(of 5)

□□□□□□□: 21:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	14:53	4:30	4	3:59	13	4:14	3.30	14:53	4:30	5	3:59	7	
□□	3.30	15:55	4:49	4	5:37	20	5:37	6.60	30:48	4:40	4	9:36	16	9:36