



9. Nordhäuser Citylauf
Nordhausen / 15.09.2013

□□□□

Ehrhold, Sascha

□□: Injoy med Nordhausen

□□: 320

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Männer

□□□: 45:28

□□: 11.88 km/h

□□□□: 4:35 min/km

□□□□□/□□□: 46 (of 78)

□□□□□/□: 44 (of 68)

□□□□□□: 31:53

□□□□□: 10(of 16)

□□□□□□□: 31:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	3.30	14:31	4:23	8	3:38	33	3:38	3.30	14:31	4:23	9	2:27	6	
Rundenzeit	3.30	15:57	4:49	8	5:35	38	5:35	6.60	30:28	4:36	9	5:53	6	
□□	3.30	15:00	4:32	6	4:22	30	4:22	9.90	45:28	4:35	10	13:35	44	13:35