



9. Nordhäuser Citylauf
Nordhausen / 15.09.2013

□□□□

Zimmermann, Maik

□□: Nordhausen

□□: 200

□□: 6.60 km

2 Runden 6,6 km

□□□□:

Senioren M45

□□□: 30:44

□□: 11.71 km/h

□□□□: 4:40 min/km

□□□□□/□□□: 15 (of 44)

□□□□□/□: 15 (of 36)

□□□□□□: 21:12

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 24:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	15:25	4:40	2	2:59	18	4:46	3.30	15:25	4:40	3	2:59	4	
□□	3.30	15:19	4:38	3	2:47	15	5:01	6.60	30:44	4:39	2	5:46	15	9:32