



9. Nordhäuser Citylauf
 Nordhausen / 15.09.2013

□□□□

Schulz, Uwe

□□□: 50:35

□□: 351

□□: 11.74 km/h

□□□□: 5:07 min/km

□□: 9.90 km

□□□□□/□□□: 65 (of 78)

3 Runden 9,9 km

□□□□□/□: 59 (of 68)

□□□□□□: 31:53

□□□□:

□□□□□: 6(of 6)

Senioren M50

□□□□□□□: 39:57

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|------------|------|-------|--------|----|------|----|------|------|-------|--------|----|-------|----|-------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| Rundenzeit | 3.30 | 16:13 | 4:54 | 5 | 3:09 | 49 | 5:20 | 3.30 | 16:13 | 4:54 | 5 | 3:09 | 1 | - |
| Rundenzeit | 3.30 | 17:28 | 5:17 | 5 | 4:03 | 49 | 7:06 | 6.60 | 33:41 | 5:06 | 5 | 7:12 | 1 | - |
| □□ | 3.30 | 16:54 | 5:07 | 5 | 3:26 | 44 | 6:16 | 9.90 | 50:35 | 5:06 | 6 | 10:38 | 59 | 18:42 |