



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