



9. Nordhäuser Citylauf
 Nordhausen / 15.09.2013

□□□□

Mackensen, Sylvester

□□: 347

□□: 9.90 km
 3 Runden 9,9 km

□□□□:
 Senioren M40

□□□: 38:15

□□: 14.12 km/h
 □□□□: 3:52 min/km

□□□□□/□□□: 9 (of 78)

□□□□□/□: 8 (of 68)

□□□□□□: 31:53

□□□□□: 2(of 11)

□□□□□□□: 35:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	fehlt!	-	-	-	-	-	3.30	-	-	-	-	-	-
Rundenzeit	3.30	fehlt!	-	-	-	-	-	6.60	-	-	-	-	-	-
□□	3.30	38:15	11:35	10	26:05	56	27:37	9.90	38:15	3:51	2	2:35	8	6:22