



9. Nordhäuser Citylauf
Nordhausen / 15.09.2013

□□□□

Mackensen, Sylvester

□□: 347

□□: 9.90 km
3 Runden 9,9 km

□□□□:
Senioren M40

□□□: 38:15

□□: 15.53 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 |