



Nordhäuser Citylauf  
 Nordhausen / 21.09.2014

□□□□

Knopf, Stephan

□□: SV Nordhausen 90 Triathlon  
 □□: 318

□□: 6.60 km  
 2 Runden 6,6 km

□□□□:  
 Senioren M30

□□□: 24:11

□□: 14.89 km/h  
 □□□□: 3:40 min/km

□□□□□/□□□: 2 (of 58)

□□□□□/□: 2 (of 45)

□□□□□□: 23:50

□□□□□: 1(of 6)

□□□□□□□: 24:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	11:50	3:35	1	-	2	0:06	3.30	11:50	3:35	1	-	25	
□□	3.30	12:21	3:44	1	-	2	0:15	6.60	24:11	3:39	1	-	2	0:21